8 SUPER POSTERS

Harry Styles | Sel Gomez | One Direction | Austin Mahone | Big Time Rush | Luan Santana | Caio Castro | Fly

todateen

R$ 3,99

todateen.com.br

HARRY STYLES
Romântico e gato. Precisa de mais alguma coisa?

12 testes incríveis!

VOCÊ, diva:
- Maxibrincos
- Sandálias gladiadoras
- Extermine a celulite
- Estampa floral

A nova SELENA
Saiba por que ninguém segura essa garota!

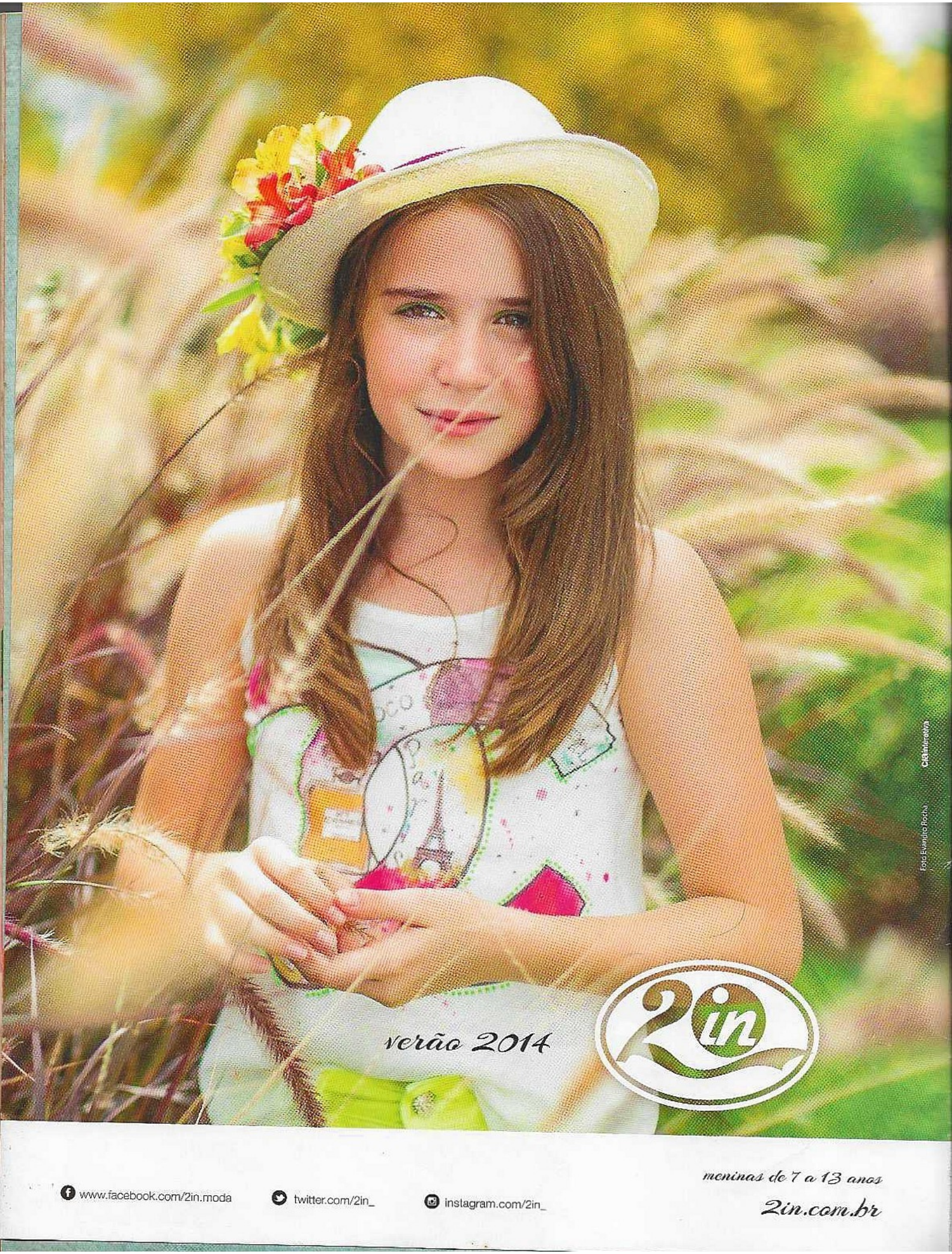
Conquiste o gato no Facebook

20 DICAS para ser a mais curtida da timeline (e do coração) dele!

alto astral

Capas diferentes, conteúdo idêntico.

Ano 18 - Nº 214 - Setembro, 2013
ISSN 1413-2125
9 771413 212007 00214


verão 2014
2in
Foto: Eduardo Rocha
Cia Interativa
www.facebook.com/2in.moda
twitter.com/2in_
instagram.com/2in_
meninas de 7 a 13 anos
2in.com.br

Escolha a alegria!

Uma coisa muito boa em envelhecer é perceber que, com o tempo, a gente vai se importando cada vez menos com o que os outros dizem sobre você. Claro, ninguém é totalmente imune à opinião alheia, mas, depois da adolescência, isso vai deixando de ser tão importante (ainda bem!).

Algo que eu noto nas meninas é que muitas se veem presas a um círculo de tristeza. Ora porque não têm o corpo ideal, ora porque acham que ninguém nunca vai se interessar por elas. Ou acreditam, pra valer, que porque uma garota idiota ou algum menino ridículo a criticou uma vez, t-o-d-o-s acham o mesmo. O que não é verdade.

A verdade é: quando estamos nessa fase curta da vida que é a adolescência, há mesmo os imbecis pelo caminho. Aqueles que acham engraçado zoar tanto o colega a ponto de ele não querer mais ir ao colégio. Mas há também todos aqueles que fazem da nossa vida uma jornada com significado: a família, os amigos, os professores especiais. E há aquelas coisinhas pequenas, mas incríveis, que tornam o nosso dia a dia mais leve. Como testar e descobrir que o delineador fica, sim, legal em você. Que você ama tanto uma música que é capaz de esquecer todos os seus problemas quando a ouve. E que o seu corpo pode até não pertencer a um ideal (irreal) de beleza – mas que ele é o seu veículo para viver a sua vida da melhor maneira possível.

Por isso, se bater aquela tristeza que parece sem fim, diga pra si mesma: "vai passar". E não deixe tomar conta. Apegue-se às coisas boas. Não tenha medo de ser diferente (e ame suas diferenças). Pois, num mundo de mais de sete bilhões de pessoas, acredite: não há nenhuma igual a você!

Foto: Carlos Yunkes/colaborador

Liliane de Lucena

Faça o que gosta

Garotas todateen

As **garotas *todateen*** têm perfis bem diferentes e cada uma tem algo especial que a faz feliz. Olha só!

A **Camille** gosta de escrever textos variados e inspiradores

A **Ju** cria fanfics e quer escrever um livro até 2014!

Fotos: Arquivo Pessoal

A **Victoria** ama *nail art* e sempre posta pra gente as suas criações!

A **Gi** faz parte de um grupo de teatro

A **Roberta** faz balé clássico!

A **Gabi**, a **Elidiane** e a **Bruna** têm blogs bem legais de moda.

Nesta edição:

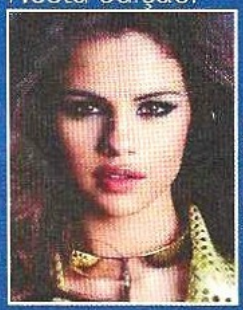


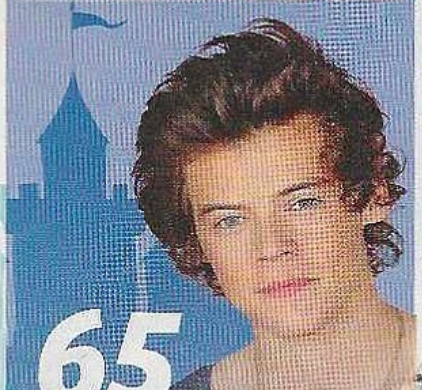
Foto: Diego Uchitel/Universal Music

Foto: Leslie Kee/CPLA Photo

Design: Carol Tozi

achou!

62 Sel Gomez: diva e poderosa.
Quer descobrir tudo sobre a fofa?



65 Prepare-se pra se apaixonar (mais ainda!) por Harry Styles, nosso lindo da capa

68 #parIiuFacebook: use esta rede social e ganhe o gato

Hot

10 Por aí
14 Tá rolando

Pra você

13 Toda galera
18 Jogo da verdade
19 Pensando no futuro
20 Papo íntimo
22 Dilema
24 Mural

Moda, beleza e shopping

26 Espelho
28 Closet: maxibrincos
30 Fique linda
32 Coisas de diva: gladiadoras
34 Quero ser
51 Fashionista
54 Moda in
56 Looks florais divônicos
61 Suma com a celulite!

Fun

8 Desafio ***todateen***
73 Micos e cia.
80 Nas estrelas
82 Sabe de uma coisa?

Testes

74 Com qual filme de animação sua turma se parece?
75 Entende os meninos?
76 Qual cidade do mundo é perfeita pra você?
77 É expert no make?
78 Qual bolsa combina com seu estilo?
79 Quem da Little Mix seria sua BFF?
E muito mais...

MONSTER HIGH™

GOMA DE MASCAR ZERO AÇÚCAR

COM SABOR DE ARREPIAR

© 2013 Mattel. Todos os Direitos Reservados

FREEGELLS
Facebook.com\freegellsoficial

RICLAN
www.riclan.com.br

+todateen

por Larissa Tomazini/colaboradora

No todateen.com.br

Dá o play!

Confira os vídeos engraçados que as celebs postam no Vine e no Instagram!

O drama é o mesmo!

Veja algumas lições que podemos aprender com os namoros dos meninos da One Direction

Trip com as amigas

Sabemos que você super quer, mas será que está pronta para viajar sozinha?

Estampa étnica

Ela tomou as araras! E você sabe qual estilo combina mais com seu corpo?

Foto: Shutterstock/Images

Foto: Ben A. Pruchnie/GETTY IMAGES

Foto: Kevin Winter/GETTY IMAGES

Curte testes?

Então, vai amar o aplicativo de testes do Facebook da ***todateen***. Acesse!

Blog Ler é TDB

As dez cenas de beijo mais românticas dos livros! Confira em **todateen.com.br/leretdb**

No seu celular
★ Quer receber todas as dicas da todateen no seu celular? Mande TEEN para 44144 e fique por dentro de tudo!*
★ Você curte HORÓSCOPO? Envie TTSEUSIGNO para 44144 e receba as previsões diárias no seu celular. *
Custo de R$ 0,31 + impostos por mensagem. Sair? Envie SAIR para 44144. Termos e condições: www.natta.com.br

8 SUPER POSTERS
todateen
12 testes
HARRY STYLES
A nova SELENA
Conquiste o gato no Facebook
20 DICAS para ser a mais curtida da timeline (e do coração) dele!

todateen no iPad e no iPhone

Confira extras, links de vídeos e muito mais na versão da revista para seu iPhone e iPad. Disponível na Apple Store

todateen

ISSN 1413-2125 — SETEMBRO — 2013, ANO 18 - Nº 214

EDITOR-CHEFE: Fernando BH **EDITORA:** Liliane de Lucena
REDAÇÃO: Carolina Firmino e Mariana Scherma
DESIGN: Carol Tozi e Fernanda Yamazato
ILUSTRAÇÕES: Eugênio Tonon e Ricardo Avancini
ESTAGIÁRIOS: Larissa Tomazini (redação)
TRATAMENTO DE IMAGEM: Daniella Yamauti e Karina Nomoto

EQUIPE DIGITAL:
EDITORA-CHEFE: Patrícia Sanches **EDITORA-ASSISTENTE:** Julia Dantas **DESENVOLVIMENTO:** Carlos Cubas (Analista de Desenvolvimento Pleno), Paulo Paixão (Analista de Desenvolvimento), Alline Develis (Programadora) **DESIGN:** Oswaldo Thompson (Editor de Arte), Lucas Silva (WEBdesigner), Danilo Bressan e Luiz Marafon (Revista Digital) **REDES SOCIAIS:** Melissa Marques **ESTAGIÁRIOS:** Soraia Alves e Ludmylla Rocha (Redação), Danilo Genebra (Arte), Youri Mattar (Desenvolvimento)

GRÁFICA: LOG&PRINT

Distribuidora: DINAP

Fica proibida a reprodução parcial ou total de qualquer texto ou imagem deste produto sem autorização prévia dos responsáveis pela publicação.

ESTA É UMA PUBLICAÇÃO DA

alto astral editora

©2013 EDITORA ALTO ASTRAL LTDA. TODOS OS DIREITOS RESERVADOS

PRESIDENTE João Carlos de Almeida
DIRETOR EXECUTIVO Pedro José Chiquito
DIRETOR COMERCIAL Silvino Brasolotto Junior
DIRETOR DE REDAÇÃO Sandro Paveloski

EDITORIAL Gerentes Mara De Santi e Gustavo Cândido
Editores Ianara Althero, Ricardo Tanaka, Raquel Luciano **Assistente editorial** Fernanda Villas Bôas **Editores de arte** Zu Fernandes (**Editora-chefe**), Alexandre M Carmo, Oswaldo Thompson **Tratamento de imagem** Edson Iukawa (**Editor**), Karina Nomoto **Ilustração** Eugênio Tonon, Ricardo Avancini **Digital** Patrícia Sanches (Editora-chefe), Paulo Paixão (Desenvolvimento), Júlia Dantas (Editora assistente), Lucas Silva (Arte), Carlos Cubas (Analista de Desenvolvimento Pleno)
Desenvolvimento de Produto Otávio Mattiazzo Neto (**Coordenação**)
Produção/Documentação Mirian Izabel (**Coordenação**)

PUBLICIDADE Gerente Celso Rodrigues
Supervisora de Agências Claudia Rodrigues **Supervisor de Contas** Artur Lelis **Supervisor de Diretos** Ivo Miranda **Supervisor de Regionais** Everton Ravaccini. **Executivos de Negócios** Amanda Vieira, Cristiane Lima e Silvia Barbieri **Executivo de Contas** Alessandra Duran, Cassiano Pereira e Elisangela Batista **Contatos** José Raimundo, Márcio Costa e Vânia Souza **Representantes** (BA) Aura Representações (71) 3345-5600 (CE) FX Mídias (85) 3224-3044 (DF) Armazém de Comunicação (61) 3321-3440 (GO) W Merissimo (62) 3945-2194 (MG) Dom Publicidade (31) 3261-3854 (RJ) Plus Representações (21) 2240-9273 (SC) Tunitec Representações (48) 3338-9493 **Comercial/Web** Margrethe Wallau **Classificados** Célia Branco **Marketing Publicitário** Helen Basso, Carolina Souza e Fernanda Freitas **Operacional** Walessa Gimenes e Renata Affonso. **Fone** (11) 3048-2900 **E-mail:** publicidade@astral.com.br

MARKETING Gerente Flaviana Castro
Supervisor Fabiano Flamínio (Licenciamento e Novos Negócios). Fone: (14) 3235-3878 **E-mail:** marketing@astral.com.br

SERVIÇOS GRÁFICOS Gerente José Antonio Rodrigues
Supervisor Carlos Eduardo Dutra Pereira
Controlador Gráfico Ronald S. dos Santos

ADMINISTRATIVO/FINANCEIRO Gerente Jason Pereira

CIRCULAÇÃO/ASSINATURAS Gerente Yuko Tahan
Coordenador André Goulart **Analista de Circulação** Lissandra Mahnis **Assistente de Circulação** Dayane Silva **Supervisora** Silvia Vieira **Assinaturas** Ana Gabriela (Assistente)

BAURU Rua Gustavo Maciel, 19-26, CEP 17012-110, Bauru, SP.
CORRESPONDÊNCIA Caixa Postal 471, CEP 17001-970, Bauru, SP. Fone (14) 3235-3878, Fax (14) 3235-3879.
SÃO PAULO Alameda Vicente Pinzon, 173, 4º andar - Conjunto 41. CEP 04547-130, Vila Olímpia, São Paulo, SP. Fone/Fax (11) 3048-2900.

ANER 25 ANOS IVC

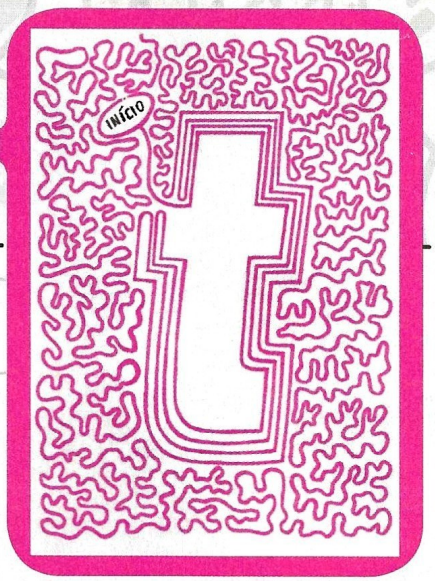
Atendimento ao leitor: (14) 3235-3885
E-mail: todateen@astral.com.br
Site: www.todateen.com.br
Caixa Postal: 471, CEP 17001-970, Bauru, SP
Atendimento ao assinante:
Bauru: (14) 3235-3881;
http://altoastral.com.br/assinatura
Novas assinaturas:
http://altoastral.com.br/assinatura
E-mail: assinatura@astral.com.br
Números atrasados:
(14) 3235-3881
E-mail: numerosatrasados@astral.com.br
Loja: www.editoraaltoastral.com.br/loja
Horário de atendimento: de seg. a sex., das 8h às 12h e 14h às 18h.

www.vybora.com.br
facebook VYBORAJEANS
VYBORA
Jeans

desafio todateen

Você não pode ver caneta e papel e já começa a rabiscar? Adora rascunhar poesias e fazer nail art? Este espaço é só seu! Aceite nosso desafio, seja criativa e publique em **todateen.com.br/vcnatt**. Se for escolhida, você aparece aqui e ganha uma camiseta!

Faça um desenho com um traço contínuo



Ilustrações: Shutterstock Images

* Confira a ganhadora do Desafio ***todateen*** da edição anterior no Toda galera

Sempre ela!

Sua amiga adora brilhar e ofusca você? Saiba como agir!

• **Texto e entrevista:** Larissa Tomazini/colaboradora • **Consultoria:** Sandra Gaya, psicóloga
• **Design:** Fernanda Yamazato • **Fotos e ilustrações:** Shutterstock Images

Roupa nova

Sabe aquela saia linda que você viu na loja e quis comprar, mas não deu? Às vezes, acontece da sua amiga gostar dela e comprar antes de você. Paciência, né? O problema é quando você comenta com sua best sobre a roupa e ela faz questão de imitar sua ideia. Mas como saber se foi de propósito? Note se ela aparece várias vezes com as roupas que você curtiu.

Como resolver: se isso acontecer com frequência, melhor trocar uma ideia com ela. "Converse de forma suave, sem agressões verbais. Afinal, amigo também é aquele que ensina a crescer como pessoa", explica a psicóloga Sandra Gaya.

Menino no pedaço

Você está de olho em um garoto, mas não sabe como demonstrar. Pra quem vai pedir conselho? Lógico que pra sua BFF! Na maioria das vezes, ela vai dar altas dicas para você conseguir conquistá-lo. Porém, às vezes, a menina não sabe esperar e corre contar ao gato que você está a fim dele. E por que isso é ruim? Porque é você que deve abrir o jogo, afinal, o lance é seu com o garoto.

Como resolver: vale dizer a ela que prefere que você mesma tenha a chance de falar com o menino.

Querida da galera

Sempre que você e a best se juntam ao resto da turma, todas as atenções são direcionadas a ela? Isso não quer dizer que a galera não vá com a sua cara, só indica que sua amiga se destaca um pouco mais do que os outros. De vez em quando, isso pode ser ruim, já que você acaba perdendo espaço para ela, mas, em outros casos, veja o lado bom da história: você tem uma amiga superdivertida.

Como resolver: ser extrovertida e disposta a conversar sobre vários assuntos ajuda a ter a atenção dos amigos. "Se o comportamento de destaque dela prejudica você, o indicado é se afastar dessa amizade ou aprender com ela alguns comportamentos, para que seja possível desenvolvê-los também", ensina Sandra.

"Não curto a atitude dela"

Como dizer isso a ela? Antes de mais nada, é importante descobrir se é a maneira de se comportar da amiga que está incomodando ou se é você que gostaria de ser mais popular e não consegue. "Caso perceba que a best está exagerando e quer centralizar todas as atividades de acordo com a vontade dela, mostre algumas coisas que ela faz e que deixa você e o resto da turma chateados", aconselha a psicóloga.

Por que ela quer aparecer mais?

O jeito superextrovertido e desinibido da menina é consequência da forma como ela foi criada e do ambiente em que cresceu. "Na maioria das vezes, essas garotas não se comportam assim para prejudicar a sua amiga ou qualquer outra pessoa, na verdade é o seu jeito de ser no mundo", afirma Sandra.

por aí

por Mariana Scherma

Gol do meu time!

Fotos: Grosby Group/Direitos Reservados

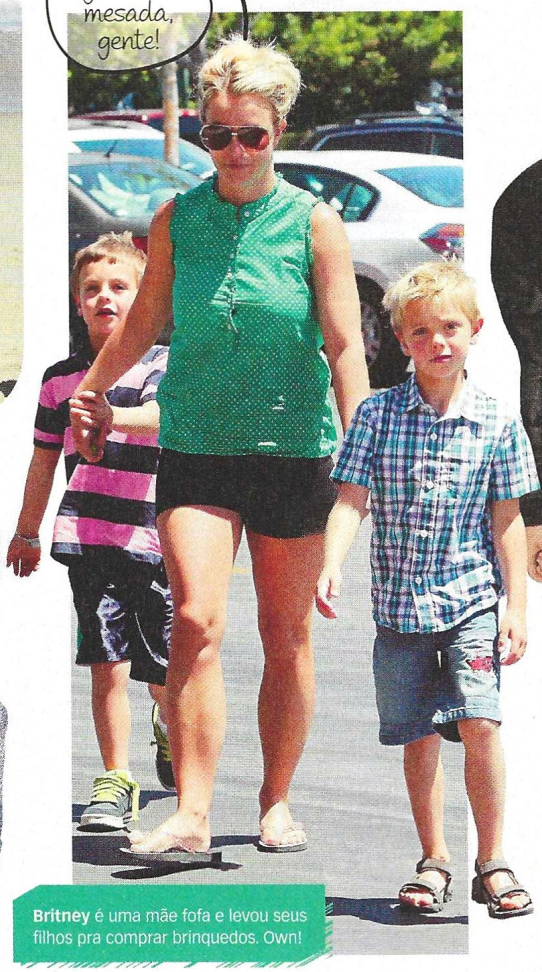
Esse jogo de futebol beneficente que os **Jonas Brothers** fazem sempre rende boas ações... e muitos suspiros!

Vanessa Hudgens, toda fitness, foi com o namô **Austin Butler** tomar um lanchinho. Admiramos: 1. o pique de Van (ela vive na academia) e 2. o namorado dela (quem não, né?)

Fotos: Delson Silva/AgNews

Isabelle Drummond e **Thiago Amaral** gravaram cenas da *Sangue Bom* na praia. Será que o *Bento* sente ciúme?!

Hora de gastar a mesada, gente!



Britney é uma mãe fofa e levou seus filhos pra comprar brinquedos. Own!

Kristen carregou sua big mala no aeroporto de Los Angeles. A cabeça baixa não deve ser tristeza e, sim, por falta de rodinha...

Lily Collins estava esbanjando simpatia numa tarde de autógrafos do filme *Os Instrumentos Mortais*

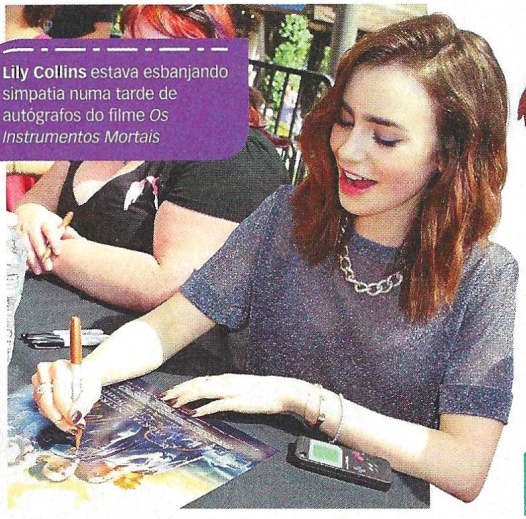


Foto: Jonathan Leibson/GETTY IMAGES

Quer saber mais sobre as celebs? Envie ttnews para 5535*

* Custo: R$ 0,31 (Vivo: 0,39) + tributos
Cancelar: Envie SAIR para 55355.

Leonardo DiCaprio se esticou todo pra pegar a bola. Será que fez ponto?

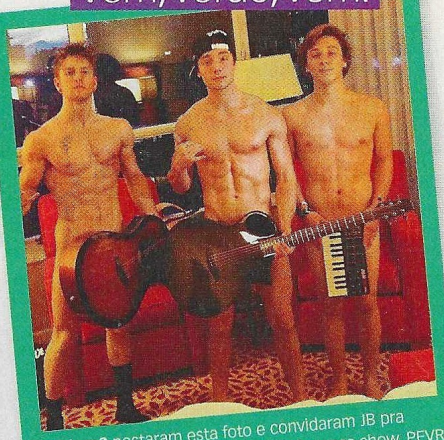
Não cai pra trás, Leo!

Monique Alfradique e **Armando Babaioff** participaram da Meia Maratona do Rio de Janeiro. Haja pique!

Foto: Felipe Assumpção/AgNews (Monique) e Andre Muzell/AgNews (Armando)

Fotos: Grosby Group/Direitos Reservados

Vem, verão, vem!



Emblem3 postaram esta foto e convidaram JB pra fazerem um som juntos. Queremos ir nesse show, PFVR!

Foto: Reprodução/Instagram emblem3tree

Caio Castro e seus amigos descamisados, somos fãs!

Foto: Reprodução/Instagram caioc3

Foto: Tim P. Whitby/GETTY IMAGES

A **1D** mandou bem no look para o tapete vermelho da première do filme deles em Londres.

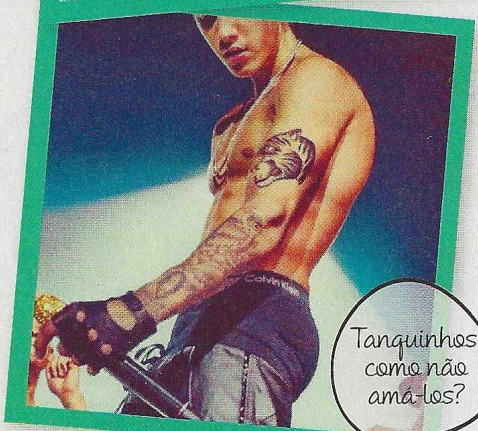
RiRi passeou por Nova York usando só peças de sua coleção de roupas. E aí, curtiu?

Justin, aliás, pegou gosto em postar fotos... de tirar o fôlego! Agradecemos!

Fotos: Reprodução/Instagram justinbieber

Justin Bieber é total gente como a gente e também precisa passar pela revista no aeroporto

Mochila estilosa!



Tanquinhos: como não amá-los?

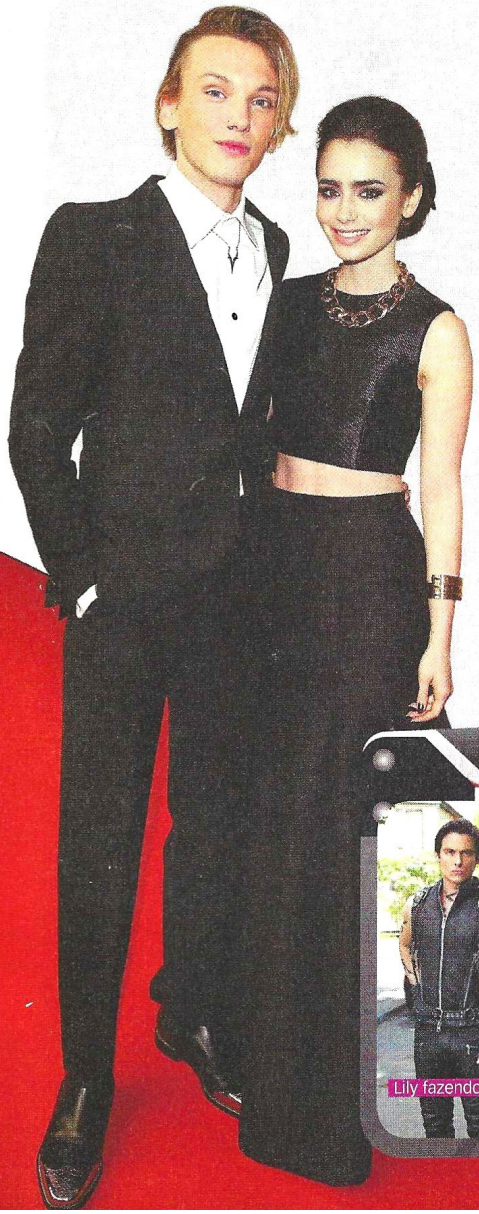
Bons amigos

• **Edição:** Carolina Firmino
• **Entrevista:** Pedro Caiado/colaboradora
• **Design:** Fernanda Yamazato
• **Foto:** Andreas Rentz/GETTY IMAGES e Divulgação (filme)

Lily Collins e Jamie Campbell Bower terminaram o namoro, mas estão juntos no filme *Os Instrumentos Mortais*. Quer saber tudo?

Ela faz o tipo boneca e menina decidida. Já ele é meio moleque, largadinho. Dá pra dizer até que se completavam, mas não deu certo. Mesmo assim, Lily e Jamie resolveram manter a amizade. Ainda bem, porque o bate-papo que rolou em Londres, às vesperas da estreia do filme, foi superlegal ;)

Jace é um tipo charmoso. Foi divertido interpretá-lo?
Jamie: Ele é tudo o que eu não sou, então, foi difícil, mas também legal. Eu me esforcei bastante, mas sempre gostei de me desafiar.



E _Clary_, foi a força dela que a atraiu para o personagem?
Lily: Ela chora, está confusa e passa por uma crise de identidade, mas acha força nas suas fraquezas. Quando está com os caras, acaba batendo em todo mundo, sem deixar de ser feminina.

Como foi o seu treinamento para entrar em forma?
Jamie: Foram quatro meses intensos. Eu treinei artes marciais e aprendi a usar espadas.

E você, o que precisou fazer para o filme?
Lily: Acho que o mais difícil foi que eu nunca treinei usando salto alto, só no dia anterior às filmagens. Eu nunca torci o tornozelo ou caí, mas me machuquei bastante.

Se você pudesse ser outro personagem, qual seria?
Lily: O *Magnus*. Ele dá ótimas festas, veste roupas loucas, tem poderes e muita sabedoria.

Já sabem quando será a sequência do filme?
Lily: Estamos esperando a nova versão do roteiro. Começamos a treinar em setembro para já filmar no mesmo mês!

A gente soube que você é um pouco jornalista.
Lily: Já escrevi para *Seventeen*, *CosmoGirl* e fiz reportagens para a MTV e Nickelodeon. Adoro dar a minha opinião!

Já o Jamie gosta de tatuagens. Quais são as últimas que fez?
Jamie: Fiz uma caveira e uma cruz no braço, mas eu tenho várias, inclusive nas pernas! No filme, tivemos que cobrir e foi um processo de horas. Mas curto saber que elas estão ali e lembrar que ainda sou o Jamie.

E o look de cabelo vermelho, está gostando?
Lily: Mudou a minha personalidade, eu me sento especial!

Lily fazendo a poderosa no filme...

... e a garota romântica!

toda galera

por Carolina Firmino

As leitoras e a edição passada

33% piraram no poster da 1D

13% ficaram divididas entre o poster do Taylor e do Luan

61% suspiraram com a matéria *Amor #impossível*

8 SUPER POSTERS
todateen
3,99
4 testes
TRAIÇÃO
Vai PERDOAR ou fazer a FILA ANDAR?
Amor impossível
Apaixonada por aquele cara complicado? Saiba se o lance pode dar certo!
Como será o novo DVD DO LUAN
Bate-papo com P9
ONE DIRECTION
SUPER POSTERS
ANITTA
Eu não era a mais popular do colégio
Como será o novo DVD do LUAN
Paixão pelo professor, pelo namorado da amiga, pelo primo... Complicado? Saiba se o lance pode dar certo!

58% levaram a capa da 1D pra casa

"Amei a matéria sobre o novo show do Luan, família LS quer mais!", **Carol Sanches**

35% preferiram o teste *Seu beijo é de qual tipo*

39% amaram ler a entrevista com a Anitta

"Amei os posters, principalmente do Taylor e da The Wanted", **Stéphany Cristina**

* Enquete votada por 93 leitoras

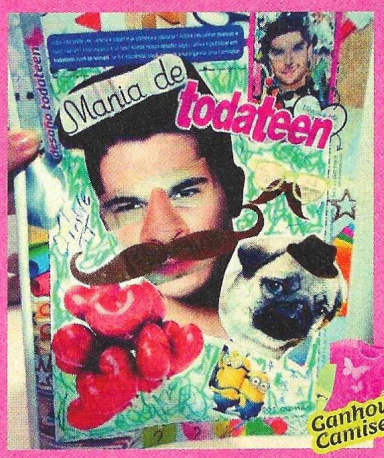
Pet Paixão

"A Madame Nora veio pra alegrar minha vida e eu me sinto a menina mais feliz do mundo. Ela é carinhosa e meiga, minha princesa Norinha!", **Daiane Santos, Amaparo, SP**

Só falta você!

E não se esqueça de dar sua opinião para deixar a *tt* cada vez mais parecida com você. Acesse! **todateen.com.br/falecomagente**

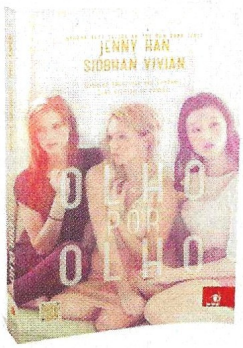
Desafio todateen



A vencedora da edição passada foi a Aline Medeiros, de Tremembé, SP. Olha só que legal a montagem dela! Que bigodão, hein?

NOVO CONCEITO
LIVROS EM DESTAQUE

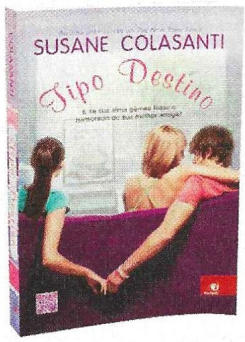
Lançamento



DISPONÍVEL TAMBÉM EM e-BOOK

Kat confiou na "amiga" errada e se cansou de todos os insultos. Mary não suportou as brincadeiras de um menino e teve que sair da cidade. Lillia nunca perdoará o garoto que acabou com sua vida naquele verão. Há coisas que não são esquecidas. E chegou a hora das três jovens provarem isso para seus inimigos.

Lançamento

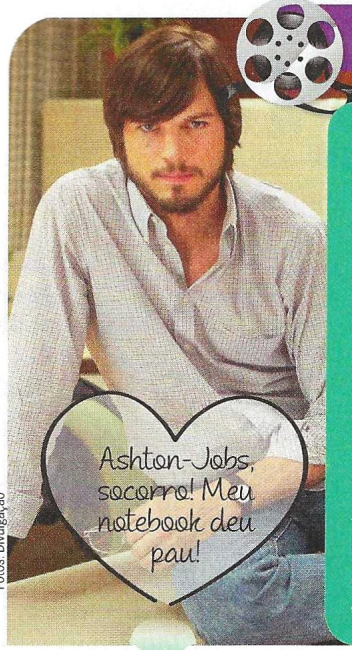


DISPONÍVEL TAMBÉM EM e-BOOK

Lani sabe o quanto sua amiga Erin é importante, afinal, não existe outra pessoa em quem confiaria mais. Mas essa amizade pode ficar abalada ao conhecer Jason, o grande amor de Erin. A forte afinidade que sentiu pelo rapaz pode ser o início de uma grande paixão, mesmo que proibida.

À VENDA NAS PRINCIPAIS LIVRARIAS DO PAÍS

Nas telonas



Fotos: Divulgação

Jobs

Steve Jobs, o cara que revolucionou o jeito como você usa a tecnologia, era um rejeitado no colégio, sabia? Este longa conta toda a trajetória dele – com muitos perrengues até chegar ao sucesso incontestável. Detalhe pra quem interpreta Jobs: **Ashton Kutcher**. E pra nossa felicidade, vai ter cena dele sem camisa. Beijo pra você, Ashton!

One Direction: This Is Us

O documentário dirigido por Morgan Spurlock promete deixá-la ainda mais fã da banda ou fazer quem não curte dar uma chance aos caras. Momentos fofos com a família, os fãs e a intimidade deles é o que mais deixa a gente na ansiedade... Ah, e vê-los em 3D vai ser lindo!

Aviões

Dusty é um avião que sonha em competir como piloto de altitude. Detalhes ingratos: ele não foi projetado pra isso e morre de medo de altura. Quem o ajuda nessa empreitada é *Skipper*, um avião veterano. A animação ainda conta com *Carolina*, uma aeronave brasileira (**Ivete Sangalo** é quem dubla!) e uma das favoritas na disputa. O engraçado é que ela deixa *El Chupacabra*, o avião mexicano, apaixonado. Fofura no estilo da animação *Carros*.

Guia de leitura

A Garota Que Eu Quero

Cameron é o mais novo dos três irmãos da família *Wolfe* – e o mais diferente também. Enquanto *Steven* e *Rube* são populares, *Cam* se diz um "perdedor", sem muitos amigos e mais quieto. A sorte dele muda quando conhece *Octavia*, a nova namorada de seu irmão *Rube*, que se mostra interessada nele. Mas os irmãos sempre foram leais um ao outro. E aí?! Este é um dos primeiros livros de Markus Zusak, autor de *A Menina Que Roubava Livros*. Da Intrínseca, R$ 20.

Manual Para Conquistas (Urgentes)

Entender nosso coração já é uma tarefa #puxada, imagine só conquistar quem gostamos... Mais difícil ainda! Mas nada é impossível, principalmente com este manual, da coleção ***todateen*** books. Tem tudo que você precisa saber pra ganhar o gato, decidir se o lance é só amizade, como fugir de caras-roubada, dicas pra mandar bem no primeiro encontro, fazer o namoro dar certo e muito mais. De quebra, ainda vem vários testes (de amor, lógico!). Da Astral Books, R$ 29,90

Yey!

Demi Lovato participará de pelo menos seis episódios da quinta temporada de *Glee*. Sua personagem será uma artista que luta pra dar certo em Nova York, bem amiga de *Rachel* e *Santana*. Ela ainda fará vários números com Adam Lambert. O primeiro episódio de Demi será um tributo aos Beatles. Vai ser: ( ) lindo (X) lindo demais!

Ops!

Rolou um barraco via Twitter entre **Lady Gaga** e o blogueiro Perez Hilton. A cantora o acusou de perseguição porque, segundo boatos, ele teria alugado um apê no prédio da cantora pra segui-la. Perez disse que foi tudo um mal-entendido, mas a cantora o chamou de "doente".

Amamos a Valdirene

E lógico, a **Tatá Werneck** também, que conversou com a gente (adivinha!) no maior bom humor

Você emagreceu para a personagem?

Foi para eu me sentir mais segura. Estava me achando gordinha. E eu morava sozinha em São Paulo, aí não tinha preocupação com a alimentação.

O que foi mais difícil até agora?

Ah, o mais difícil foi ficar de barriga de fora. Todas as cenas têm barriga de fora.

E se receber convites para ensaios sensuais?

Mando bombons e digo: "muito obrigada, fica para uma próxima, daqui a 359 milhões de anos". Cara, não é a minha, não me imagino fazendo isso. E também, meu pai enfartaria.

Como é seu contrato com a Globo?

Era uma coisa e depois mudou. Porque eu vou fazer outros trabalhos na emissora.

Qual outro programa ela vai fazer, hein?!

Você vai trabalhar com humor?

É. Mas é outro programa da casa, não posso dizer nada além disso.

Você ficou mais vaidosa quando veio pra Globo?

Uso pasta de dente todos os dias *(risos)*. Não, sério. Eu comecei a cuidar mais da pele porque fico chocada como aqui aparece tudo no vídeo. Se você tem um cravo, ele parece um pêssego na tevê. Já cuidava da pele, mas comecei a tomar cuidados que não tinha. E também, eu gosto de estar sempre arrumadinha, não me importaria em sair um dia de pijama, mas agora penso duas vezes.

Foto: Rede Globo/Estevam Avellar
Entrevista: Daniela Andrioli/colaboradora

Não Faz Sentido virou livro!

Felipe Neto lançou um livro contando toda sua história e os bastidores do *Não Faz Sentido*. E não escondeu nada no livro: "Eu nunca tenho autocensura, sempre tento trabalhar com o máximo de honestidade. O livro traz histórias nunca antes contadas!". Em *NFS*, ele comenta sobre alguns ídolos teens e perguntamos se ele já foi fã de alguém e depois sentiu vergonha. Olha a resposta: "Vergonha é uma palavra forte... Mas eu já gostei de muita coisa questionável, como Latino".

Entrevista: Mariana Scherma Fotos: Divulgação

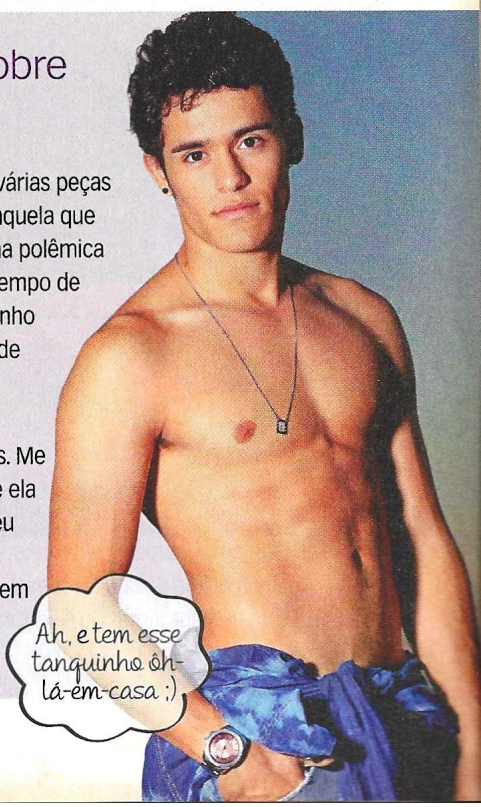
2 curiosidades sobre Júlio Oliveira

(O *Peixinho*, de *Sangue Bom*)

1. **Ele é fera no teatro.** Das várias peças em que já atuou, está *Equus*, aquela que Daniel Radcliffe fez, com a cena polêmica de nudez. "Tive pouquíssimo tempo de ensaio, precisei resolver rapidinho comigo mesmo essa questão de ficar nu!".

2. **É amigão da Sophie Charlotte.** "Nós nos adoramos. Me encanto com a humildade que ela tem. E essa amizade aconteceu naturalmente. Isso é o mais gostoso!". Os dois já atuaram em *Ti Ti Ti* antes.

Entrevista: Mariana Scherma Foto: Neto Fernandez/divulgação



Ah, e tem esse tanquinho ôh-lá-em-casa ;)

por Mariana Scherma

New Pop

É assim que a banda **Suite 7** define seu estilo, que é o pop com pegada mais eletrônica. O show dos caras tem 3D e as influências vão de Coldplay a Cazuza. Ficou curiosa? Saiba mais em: suite7.com.br

Quer concorrer a iPods + CDs da banda + kits com adesivos e palhetas? Veja como participar no **todateen.com.br**

Rock in Rio, a peça

Setembro é o mês do festival e, pra quem não sabe, no Rio de Janeiro está rolando a peça *Rock in Rio – O Musical* com os números mais marcantes. "Adoro fazer *Ovelha Negra*. Além de a Rita Lee ser especial pra mim, a música tem tudo a ver com o que a *Sofia* passa", contou Yasmin Gomlevsky, protagonista, que quer muito ver Justin Timberlake e Beyoncé no festival.

Entrevista: Mariana Scherma Foto: Guga Melgar/Divulgação

Barulhentinho!

Este amplificador, o *Neozinho*, é menor que a palma da sua mão, mas deixa seu som megapotente! Da *Neotronics**, R$ 59 (cada um)

*neotronics.com.br

Girls

Carol, Ani, Jeniffer, Bruna e Natasha (da esquerda para a direita) saíram do reality *Fábrica de Estrelas* e estão a um play de se tornar sua girl band preferida

Vocês gravaram música do NX e estão convivendo com vários artistas, como encaram isso?

Ani: É muito louco! Fico ali na frente deles, fingindo que tá tudo lindo, chego no banheiro e aaaahhh *(ela dá um grito mesmo!)*, me descabelo... Eu sou tiete quando vejo uma pessoa que admiro. Só não pago de tiete na frente, aí finjo que sou normal.

Teve algum momento mais crítico durante o reality, que acharam que não fariam parte da banda?

Natasha: Em nenhum momento eu senti que faria parte da banda! Tinha até medo de me inscrever, achava que não estava madura o suficiente como artista, só me inscrevi porque uma amiga me forçou: ela disse que se eu não me inscrevesse, ela não ia falar comigo nunca mais.

Bruna: E a parte de dançar? Eu nunca dancei e cantei ao mesmo tempo, isso me retraiu um pouco. Tanto que no hotel eu sempre ficava ensaiando à noite pra tentar melhorar e fui me soltando devagar. Dançar foi o mais difícil, de longe.

Vocês chegaram a curtir alguma girl band?

Natasha: O Rouge, né? Eu era muito fã! Tinha um grupo na escola que imitava elas, eu era a Patrícia *(risos)*. Sabia todas as músicas. Sei até hoje! Nós cinco, aliás.

Ani: Teve um dia em que a gente estava gravando o CD e ficamos as cinco numa rodinha cantando as músicas delas. Nesse dia, eu me arrepiei do dedinho do pé ao último fio de cabelo.

Podem me contar uma curiosidade de vocês?

Ani: É segredo, hein *(risos)*! Sou viciada em pantufa! Eu venho para o estúdio de pantufa, vou pra casa de pantufa, ando no shopping... Se eu gosto, é confortável e a minha é bonitinha, por que não? Não faz sentido comprar pra usar em casa.

Carol: Amo chocolate e sorvete, sou chocólatra demais, demais!

Natasha: Eu só beijo o lado esquerdo do rosto das pessoas, mas essa mania eu tô perdendo: o pessoal pega muito no meu pé. Não assisto tevê em volume par e não deixo nenhuma visita sair da minha casa se não for eu que abrir a porta.

Bruna: Tenho um colarzinho com uma nota musical que não tiro por nada!

Jeniffer: Etiqueta pra fora da roupa me dá agonia! E mesmo se eu não conheço a pessoa, peço licença e vou arrumar. Eu também preciso me produzir dos pés à cabeça pra tudo o que faço. Até mesmo pra ensaiar, eu vou de salto, maquiagem, batom vermelho...

Entrevista: Mariana Scherma Foto: Thomas Susemihl

Aí, CD novo da Katy Perry!!!

3 motivos pra querer ouvi-lo... ontem!

1. Katy já queimou a peruca azul e enterrou todo o figurino do álbum anterior. O som será diferente, é fato!

2. Há boas chances de **Adam Levine**, do Maroon 5, participar do álbum. Eles foram vistos juntos no mesmo estúdio.

3. A cantora já passou por fim de casamento, começo de namoro com John Mayer, fim de love com ele e recomeço com o próprio John. Reviravoltas do S2 rendem ótimas músicas!

Tamo junto, Katy!

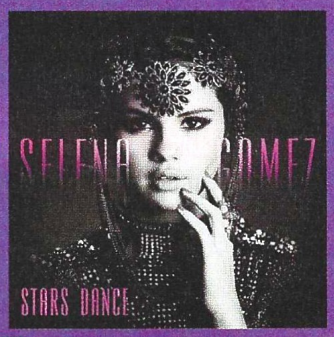
Foto: Grosby Group/Direitos Reservados

Thaeme &Thiago

Conversamos com a dupla e tivemos uma big revelação da Thaeme. Olha aí! "Quem nunca levou um bolo de alguém? Nem que seja uma vez na vida? Eu passei por uma situação parecida com a qual *Ai Que Dó* fala, mas foi há muito tempo e essa música ainda não existia, mas caberia direitinho na minha história. Até hoje me lembro, porque eu não tive dó *(risos)*"

Entrevista: Larissa Tomazini/colaboradora

A gente aprovou!



POP

Selena Gomez

CD *Stars Dance*: Seleninha promete colocar você pra dançar com este álbum. Sério: chame as amigas pra ensaiar coreografias *mucho locas*. *Slown Down*, *Like A Champion*, *Forget Forever* são demais! Mas o CD todo está poderoso! Não é à toa que a fofa pegou gosto e já voltou ao estúdio! ★★★

POP

Little Mix

CD *DNA*: as quatro divas juntas têm muito poder na voz. Elas são afinadas, cheias de ritmo e com letras ótimas. Ah, amo *Always Be Together* e *Pretend It's OK* mais que tudo! ★★★

FOLK

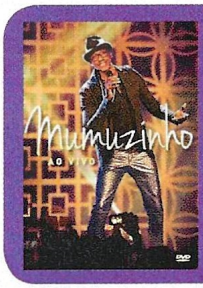
KT Tunstall

CD *Invisible Empire// Crescent Moon*: Kate (ou KT pra geral) tem uma voz suave e melodias, idem. Este é um CD que você deixa tocando e acha que acabou muito rápido, sabe? ★★★

POP

Belinda

CD *Catarsis*: o novo álbum da cantora é cheio de hit pra se jogar na pista, sem deixar as mais românticas de fora. As fofinhas *Vuelve A Mí* e *No Me Vuelvo A Enamorar* são o destaque. ★★



SAMBA

Mumuzinho

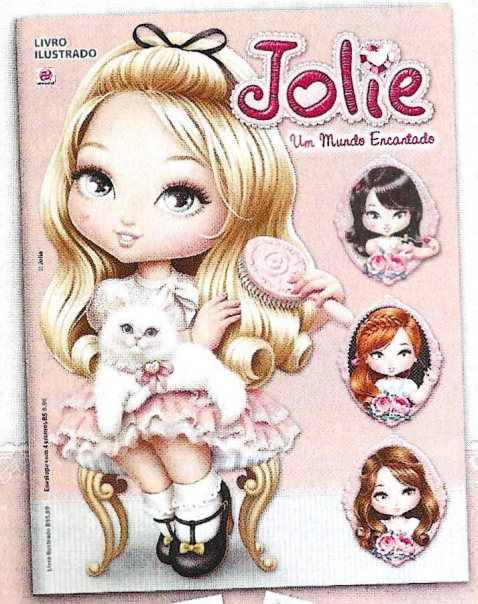
DVD *Mumuzinho Ao Vivo*: quer um samba bom e animado? Aposte neste DVD, Mumuzinho é de um carisma incrível e tem letras ótimas. Puro alto-astral. ★★★

★ Deixa tocar ★★ Aumenta aí ★★★ Volume máximo

Imagens: Divulgação

Chegaram as novas figurinhas Jolie!

Figurinhas lindas com formatos especiais!



Nas bancas!

alto astral editora

© Jolie

jogo da verdade

Quando você é virgem...

Isso realmente importa pra eles?

por Carolina Firmino

Se a menina é virgem, você acaba ficando inseguro de não cumprir com as expectativas dela?

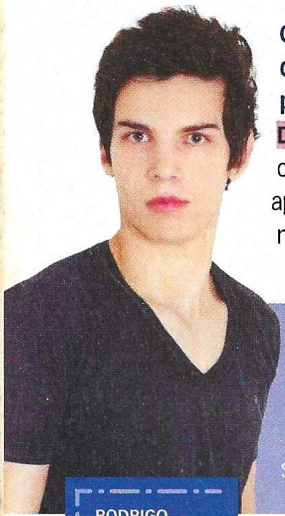
Daniel Blanco: Não, não fico inseguro. Só tomo cuidado.

Rodrigo Duan: Pelo contrário, fico totalmente seguro por ela ter me escolhido.

A garota perder a virgindade com um cara ainda é motivo de orgulho para os meninos ou não rola mais isso?

Daniel Blanco: Ah, sempre rolou e sempre vai rolar!

Rodrigo Duan: Tem vários comentários mesmo, mas não usaria a palavra orgulho.



RODRIGO DUAN, modelo

O que você acha que muda depois que acontece a primeira vez com a garota?

Daniel Blanco: Quando o lance com a garota é sério, a intimidade aparece e, automaticamente, nasce uma dose de carinho bem maior.

Rodrigo Duan: Definitivamente, muda tudo! O afeto, o carinho, o amor, a segurança, tudo muda.

E se o garoto for virgem, será que ele conta ou esconde da menina? Mesmo se ela também for...

Daniel Blanco: O garoto normalmente esconde. Acho que ele se sente reprimido por ser virgem, mas não devia ser assim. As coisas acontecem na hora certa!

Rodrigo Duan: Ah, a maioria esconde. Rola um preconceito...

O sexo depois do casamento ainda é muito valorizado. O que você acha disso, vale a pena esperar quando a pessoa é especial?

Daniel Blanco: Eu respeito isso, mas não concordo. O presente é o único tempo que existe. Eu jamais deixaria de viver um amor em troca da espera de um amor utópico e fantasioso.

Rodrigo Duan: Quando existe amor de verdade entre os dois, com certeza, vale a pena esperar!

No site, Daniel Blanco revela segredos, fala sobre carreira e planos para o futuro

DANIEL BLANCO, ator

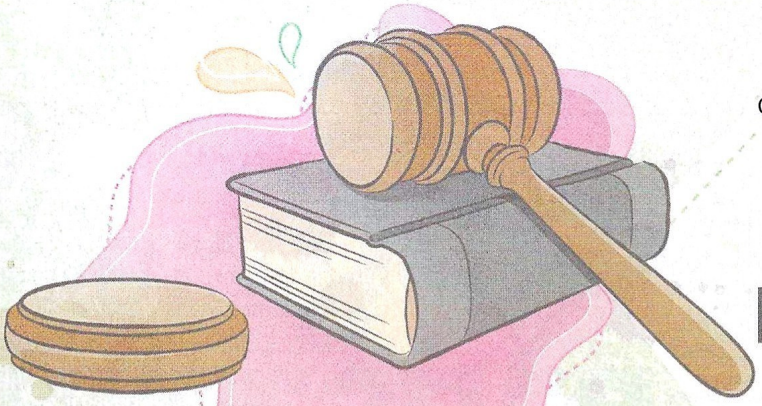
"De acordo com dados revelados pela Pesquisa Nacional de Saúde Escolar (Pense) 2012, 28,7% dos adolescentes entre 13 e 15 anos já tiveram uma relação sexual"*

*Pesquisa feita com 100 mil estudantes do Brasil inteiro

Filmes que falam de 1ª vez!

American Pie: a Primeira Vez É Inesquecível (1999)
Segundas Intenções (1999)
O Virgem De 40 Anos (2005)
Juventude Em Revolta (2009)
As Melhores Coisas Do Mundo (2010)
Desenrola (2010)
A Mentira (2011)

por Larissa Tomazini/colaboradora



Oferecimento:

Anhanguera

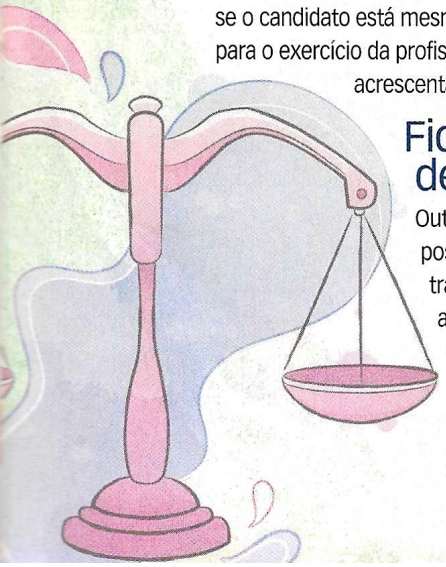
www.vestibulares.br

Direito

É a aposta certa para quem não tem preguiça de estudar e gosta de ajudar as pessoas

O que faz?

Você já parou para pensar em quantas leis existem no nosso país? São várias normas para organizar o que cada pessoa, instituição ou empresa pode ou não fazer e o responsável por analisá-las e aplicá-las da maneira correta é o advogado. "Esse profissional se encaixa tanto no setor público, atuando como juiz de direito, defensor público e procurador municipal, quanto no privado, assessorando pessoas ou defendendo os direitos delas", explica Carlo Napolitano, formado em Direito e professor da Unesp. Vale lembrar que a graduação é apenas o primeiro passo para esse profissional, pois também é preciso prestar o exame da Ordem dos Advogados do Brasil (OAB) para conseguir entrar no mercado de trabalho. "Essa é uma forma de verificar se o candidato está mesmo preparado para o exercício da profissão", acrescenta Napolitano.



Fique de olho!

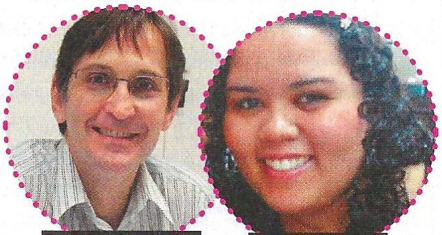
Outra possibilidade de trabalho para as pessoas formadas em direito são os concursos públicos. A quantidade de vagas oferecidas nesses processos seletivos é grande e, na maioria dos casos, o salário é alto. "Os concursos públicos exigem muito, mas acredito que é uma prova que vai assegurar se a pessoa é bom profissional ou não", afirma a estudante Yamara Aparecida. No caso de alguns concursos não é preciso ter sido aprovado na OAB! Dá pra perceber que opções de trabalho não faltam para o bacharel em direito, mas, como a procura pelo curso é grande, a concorrência é bem alta.

Tem que saber

Como na maioria dos cursos, o direito também exige que o profissional tenha domínio de outros idiomas. Além disso, é superimportante gostar de ler: uma boa formação exige bastante leitura de obras jurídicas, textos legais e decisões judiciais. De acordo com Yamara, também é fundamental ter uma ótima oratória e ser fera na língua portuguesa.

O curso

Nos três primeiros anos, as aulas são bem teóricas, com matérias como sociologia e teoria do estado. Geralmente, é apenas no quinto ano que é feita a escolha pela área a ser seguida. Também existem os trabalhos práticos, nos quais os alunos simulam julgamentos. Fique de olho: hoje, o estágio ainda não é exigido na graduação, mas o MEC (Ministério da Educação) propôs que essa atividade prática seja obrigatória.



"A rotina de trabalho no setor público é mais estática, enquanto no privado é bem mais dinâmica", diz Carlo

"Esse é um curso que abre um leque enorme de possibilidades", conta Yamara

Fotos: Arquivo Pessoal

Perfil da profissão

- **Salário inicial:** R$ 2.000 (até um ano de inscrição na OAB)
- **Formação exigida:** bacharel em direito
- **Qualidades valorizadas:** gostar muito de ler e estudar, ter interesse em ajudar as pessoas e facilidade para resolver problemas
- **Alguns cursos:** Anhanguera, UFRJ e Unesp

papo íntimo

por Larissa Tomazini/colaboradora

Fique de olho!

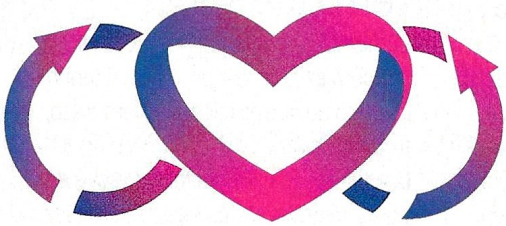
A camisinha é indispensável em qualquer relação sexual, mas você sabia que ela tem prazo de validade? Como a matéria-prima do preservativo é a borracha natural, com o passar do tempo ela perde suas propriedades e pode se romper mais facilmente. Ah, ela também deve ser protegida da exposição ao calor, à umidade e à luz excessiva. Seguir essas dicas e abrir a camisinha apenas no momento em que será usada são maneiras simples de evitar problemas.

Sem efeito

O uso de alguns antibióticos pode cortar o efeito dos anticoncepcionais hormonais. Isso acontece porque esse medicamento consegue diminuir a concentração de hormônios presentes nos anticoncepcionais, tornando-os ineficazes. Moral da história: tanto a pílula, quanto o anticoncepcional injetável têm a eficácia diminuída se combinados com antibióticos. É sempre bom procurar seu ginecologista para esclarecer as dúvidas e nada de dispensar a camisinha!

Humor & menstruação

Fatores como estresse, preocupação e medo costumam fazer com que o ciclo menstrual passe por alterações. Por exemplo: quando a garota sofre algum abalo emocional, a menstruação pode atrasar por meses ou ficar irregular. A explicação para isso é que o equilíbrio hormonal do organismo é dado por uma interação entre os ovários e o cérebro, e as emoções interferem nesse balanço. De qualquer forma, vá ao médico para saber o motivo certo da alteração.



"No início do século XX, as mulheres tinham de 40 a 80 **ciclos menstruais** ao longo da vida. Hoje, esse **número aumentou para 400 a 500 ciclos**"*

*Fonte: *Bem-estar íntimo: um guia para a mulher moderna*. Informativo da *Johnson & Johnson*

Ó, dúvida!

Ganhou a Camiseta

Coceira

"Por que em algumas vezes a vagina coça e sai uma secreção amarelada?", Beatriz, Sinop, MT

— É possível que você esteja com uma infecção vaginal, mais conhecida como vaginite. Essa infecção pode ser causada por fungos ou bactérias e é superimportante procurar logo um ginecologista para poder ser examinada, fazer os exames indicados e tomar o medicamento certo pra acabar com o problema.

Tchau, dor!

"Quais exercícios físicos eu posso fazer para diminuir a cólica?", Milena, por e-mail

— Você pode fazer caminhada, alongamento, ioga, natação, andar de bicicleta, correr, jogar vôlei, qualquer esporte. Os exercícios liberam endorfina, que é um hormônio que ajuda a aliviar a dor. Mas é indicado que toda atividade física seja feita de forma regular e moderada, caso contrário, pode aumentar a dor. Conte sempre com a ajuda de um professor de educação física.

E agora?

"Ainda sou virgem, mas tive preliminares com meu namorado e me esqueci de tomar a pílula no dia. Ele só passou as mãos em mim, nada além disso. Corro o risco de engravidar?", Maria Vitória, Belo Horizonte, MG

— Se o seu namorado não ejaculou em você, não corre esse risco. Para que ocorra a gravidez, é necessário que o óvulo seja captado pela trompa e encontre o espermatozóide, que vem da ejaculação do garoto. Ou seja, sem ejaculação não tem chance alguma de gravidez.

As perguntas das leitoras foram respondidas por **Claudia Bernardes**, ginecologista. Mande sua dúvida em **todateen.com.br/vcnatt**. Se tiver vergonha, é só pedir que não publicamos o seu nome.

Fotos: Shutterstock Images

Uma garota diferente

Valente é como ela se define. E é mesmo, pode acreditar

• **Texto e entrevistas**: Carolina Firmino • **Design**: Fernanda Yamazato • **Consultorias**: Alessandra Diehl, psiquiatra e especialista em Sexualidade Humana pela Universidade de São Paulo (USP); Denise Leite Vieira, psicóloga e terapeuta sexual pelo Centro de Sexologia de Brasília (CESEX); Eloísio Alexandre da Silva, urologista e autor do livro Transexualidade - Princípios de Atenção Integral à Saúde • **Fotos**: Flavia Staut FSphotostudio • **Ilustrações**: Shutterstock Images

Quem conhece Marcela, 18 anos, não percebe que ela não é como qualquer garota. "Tudo começou quando eu não queria mais viver como menino, ser o que eu não era", conta. E foi o que aconteceu quando Marcos Ohio Júnior teve certeza de que seria Marcela para o resto da vida.

Eu, menina?

"Desde pequena, eu amava maquiagem e sempre pegava as coisas da minha irmã", revela Marcela. Segundo a psiquiatra Alessandra Diehl e a psicóloga Denise Vieira, é a partir dos dois anos que a criança começa a se perceber pertencente ao gênero* masculino ou feminino, e notar as diferenças entre o corpo do homem e da mulher. Marcela lembra que, no início, não gostava de ouvir que seria uma garota, já que não entendia o que era ser transexual. Este é um dilema comum, já que o "transexual fica preso a um corpo que não condiz com o que ele sente, é como se o corpo fosse de um sexo e a alma de outro", afirmam as especialistas.

A hora de mudar

Demorou muito até que chegasse o momento de se tornar a "Marcela". "Antes, eu me assumi como homossexual, mesmo sabendo que seria mulher", conta. Ela lembra que levou um tempo até a família aceitar, mas o apoio logo chegou. "Meu pai me ajudou muito, pagou pela prótese de silicone nos seios, além dos hormônios femininos que eu preciso tomar", revela. Para mudar a aparência, o transexual passa por essa hormonização, que deve ser constante.

Um novo mundo

Depois de colocar o mega hair e passar a se apresentar como Marcela, uma nova fase começou. "Até que na escola foi tranquilo, meus amigos viam que eu sempre fui feminina", lembra. No começo, ela não abria o jogo com os garotos com quem ficava, mas, agora, faz questão de falar quem é, tanto que tem namorado e está apaixonada. "Quando ele soube, não se importou, disse que se preocupava apenas com a minha essência!", revela, feliz.

Marcela Ohio, modelo e...

Miss Brasil T 2012! Ela foi eleita a mais bonita transexual brasileira e, este ano, vai para a Tailândia representar o Brasil na etapa mundial do concurso. Aqui, Marcela concorreu pelo Distrito Federal, pois era a única cidade que ainda não tinha uma representante (a família vive em Andradina, SP, e atualmente ela mora em São Paulo, capital). Aliás, é também na Tailândia que Marcela pretende fazer a transgenitalização**. De acordo com o urologista Eloísio da Silva, no Brasil, o procedimento é permitido só a partir dos 21 anos. "Quando o transexual chega para a a cirurgia, já fez o acompanhamento psicológico (exigido pela legislação Brasileira) e o tratamento hormonal, que deverá ser seguido por toda a vida", explica.

"Às vezes, quero apagar meu passado de menino, mas isso me levou onde estou hoje"

*O gênero diz respeito às convenções sociais e culturais, ou seja, como uma mulher ou um homem deve se vestir ou se comportar

** Nome correto para a cirurgia de mudança de sexo

dilema

por Liliane de Lucena

Ele tem medo de voltar

"Namorei um menino cerca de dois meses, me apeguei muito, mas ele pediu um tempo. Aí, decidi tocar minha vida, mas ele fica sentindo ciúme, diz que ainda gosta, mas tem medo. Já pedi para voltar, mas ele não quer e isso me confunde. O que eu faço?"
Gena Geovana, Manaus, AM

– Quando uma pessoa deixa de fazer o que deseja por conta do medo, ela precisa de um tratamento psicológico para acabar com esse sentimento. Ou seja: se esse menino não resolver o medo dele, vai ficar nessa enrolação, ficar rodeando, mas sem assumir nenhum compromisso. Portanto, se você ainda gosta dele e deseja ter um relacionamento sério com esse garoto, desista já, porque você vai se cansar de esperar uma decisão que nunca vai acontecer, caso ele não trate esse medo com um psicólogo.

Ganhou a Camiseta

Entre o amor e a amizade

"Eu gosto de um garoto e ele é meu melhor amigo. Faz muito tempo que quero me declarar, mas tenho medo de que ele espalhe que eu o pedi em namoro. Também não quero acabar com a nossa amizade."
Ana Luisa, Rio de Janeiro, RJ

– Que tal abrir seu coração e falar tudo o que você está sentindo? Se ele não sentir nada além do amor de amigo, vai entender o seu sentimento e ajudá-la a gostar dele como amigo e vocês continuarão ainda mais ligados. Agora, se você não confia tanto assim nele a ponto de achar que vai espalhar, então ele não é seu amigo, porque um verdadeiro amigo mantém em segredo o que pedimos para que ele não conte a ninguém. E, se não é tão confiável, será que vale querer algo com ele?

Não curto mais

"Conheci um garoto pela net. No começo, eu achei ele muito fofo e acabei dando o maior carinho pra ele. Mas não sei o que aconteceu e estou me desapegando. Agora ele está apaixonado por mim e eu não sei o que fazer!"
Poliana Pereira, Alfenas, MG

– Se alguém está apaixonado, tem esperança de que vai conseguir fazer a outra pessoa se apaixonar por ele também. Só o fato de você lhe dar atenção, pode fazer com que ele acredite que está querendo algo mais. Por isso, se você não quer mais nada com esse garoto, então, avise-o de que vai cortar totalmente esse contato e faça isso! Dessa forma, ele vai entender que você realmente não quer mais nada com ele, ok?

Quem respondeu essas perguntas foi a **Olga Inês Tessari**, psicóloga e psicoterapeuta. Para enviar suas dúvidas, acesse **todateen.com.br/vcnatt**. Se estiver com vergonha, é só pedir que não publicamos o seu nome. Você concorre à camiseta da *tt*.

Fala, garota!

Vale a pena falar para o amigo que você sente algo além da amizade?
– Primeiramente, você tem que decidir se quer mesmo que ele saiba o que você sente. Se a resposta for sim, então, converse com ele. Essa situação aconteceu comigo há alguns anos e eu resolvi dizer que eu gostava dele. Pra minha surpresa, ele também gostava de mim, mas tinha o mesmo medo que eu: perder a amizade... Não custa nada você dizer o que sente. Só pense se é isso mesmo que você quer, se vale a pena colocar a amizade de vocês em risco, ou se é apenas atração, ok?
Nicolle Souza

Garotas todateen

Foto: Arquivo pessoal

Fotos: Shutterstock Images

"Eu recomendo o filme *Um Dia*, que fala de amigos que viram namorados",
Líbna Dourado

Garotas todateen

Higiene íntima

Cinco dicas pra você não marcar bobeira

• **Texto e entrevista:** Larissa Tomazini/colaboradora
• **Design:** Carol Tozi • **Consultoria:** Augusto Bussab, ginecologista
• **Fotos e ilustrações:** Shutterstock Images

1. Uso diário?

Melhor usar absorventes diários só quando for muito necessário. Eles podem dar uma sensação de bem-estar, mas as secreções que o organismo elimina vão se acumulando ao longo do dia e, em contato com a pele, facilitam o surgimento de inflamações e infecções na vagina.

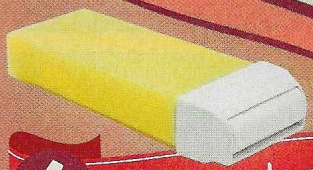
2. Deixe ventilar

Usar calças justas e passar muito tempo sentada não é recomendado, pois dificultam a ventilação na região vaginal. "O tecido adequado para a calcinha é aquele que permite a transpiração, como o algodão", explica Augusto Bussab, ginecologista. Além disso, é bom dormir sem calcinha quando for possível, para evitar abafamento. E mais: não lave a calcinha durante o banho e não a seque no banheiro, pois facilita o surgimento de fungos e bactérias.

3. Com moderação

Higienizar a região íntima é supernecessário, mas sem exageros: a vagina possui um pouco de acidez, que equilibra a existência de microorganismos nessa parte do corpo. Ou seja, lavar demais a vagina afeta o pH natural da região, o que facilita a proliferação de fungos e bactérias. Uma ou duas vezes ao dia é ideal caso você não esteja menstruada.

Quer ganhar kits de calcinha e sutiã da Miss Del Rio? Acesse **todateen.com.br** e concorra!



4. Tchau, pelos!

Qual método você costuma usar para ficar livre dos pelos? De acordo com o médico, não existe uma forma correta de fazer a depilação, o importante é que a garota se adapte e se sinta mais confortável. #ficadica: a depilação completa da virilha traz alguns riscos, pois quando o pelo é tirado, podem surgir pequenos machucados na região e isso vira uma porta de entrada para fungos e bactérias, causando infecções. "Nada existe por acaso. Sendo assim, os pelos da região pubiana têm a função de proteção", afirma o ginecologista.

5. Aqueles dias!

Durante a menstruação, o pH da vagina sofre uma alteração comum. Por isso, após a troca do absorvente, é importante lavar a área para evitar doenças. E dê quanto em quanto tempo é necessário trocar o absorvente? "Depende do fluxo menstrual de cada garota. Mas o ideal é que seja feita em um período de, no máximo, quatro horas", afirma Augusto.

Pode ou não pode?

Dividir o sabonete em barra: isso acaba facilitando a contaminação por bactérias. Prefira o sabonete líquido.

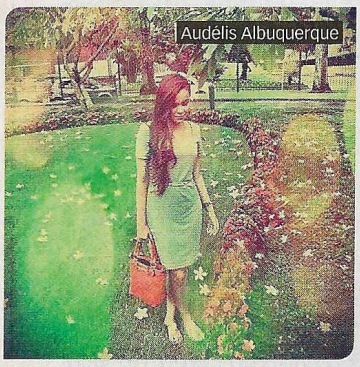
Perfume na região íntima: deve ser evitado. Além de causar irritação, pode mascarar algum cheiro que indique infecção.

Absorvente interno: É mais um aliado da garota neste período, portanto, pode ser usado. A regra de trocar a cada quatro horas continua valendo.

Flores em você

Primavera, a estação do ano que faz a gente se sentir mais linda ;)

por Carolina Firmino


Audélis Albuquerque

Dara Pereira

Letícia Silva

Bruna Ferreira

Stephani Tomadoce

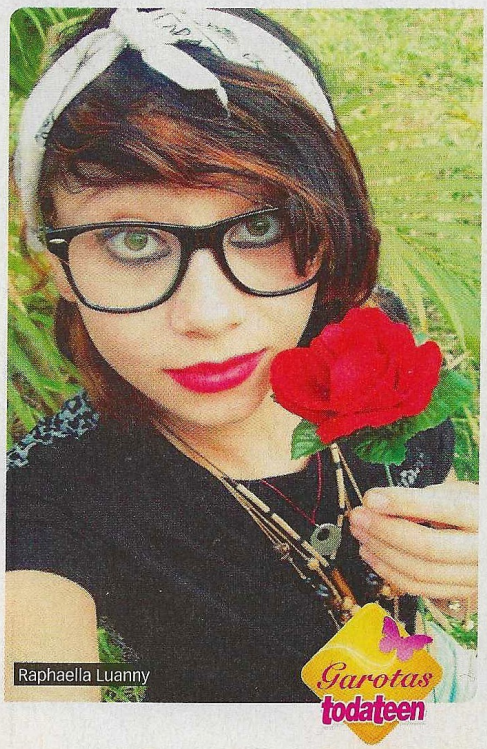
Karine Coutinho

Bianca Lima

Gabriela Barbosa

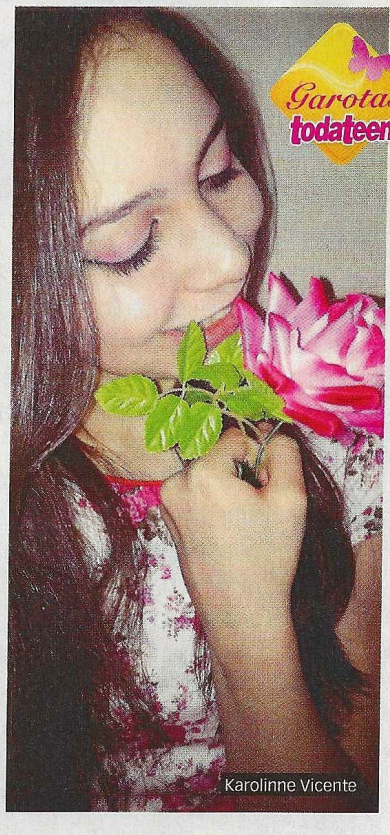
Izadora Balby

Fotos: Arquivo Pessoal


Raphaella Luanny

Juliana Lovatte

Mônica Brunelli


Karolinne Vicente

Status: a namorada

Não, você é bem mais que isso. Veja como não se esconder atrás da sua versão apaixonada

• **Texto e entrevista:** Mariana Scherma • **Design:** Carol Tozi • **Consultoria:** Cristiane Moraes Pertusi, psicóloga • **Fotos:** Shutterstock/Images

Cena 1 (antes de namorar): você sempre fazia o que tinha vontade, dizia sim aos convites das amigas, usava a roupa que quisesse...

Cena 2 (depois de namorar): você só sai com as bests se o namô marca com os amigos, seu short curtinho foi pro fundo da gaveta porque o gato sente ciúme, você o acompanha no que ele quiser, mesmo sem estar tão a fim.

Você se reconheceu nessas duas cenas? Ih, se isso acontece com bastante frequência, cuidado: você pode estar se anulando em função do namoro e aí mora um risco, já que está deixando de ser a garota pelo qual o gato se apaixonou.

A arte de se adaptar

Um fato: quando se começa a namorar, algumas coisas mudam mesmo, é natural. Um dia, o gato vai querer assistir a um filme que você jamais veria por vontade própria e vice-versa. O namoro só dá certo quando os dois estão dispostos a ceder um pouco. E veja bem, é ceder um pouco, não abrir mão de tudo.

Um problema: não vale ser você a única a ceder e fazer as vontades do garoto. Não precisa brigar com ele, só fale com jeitinho que você anda chateada com o fato de ser a única a dizer sim sempre.

Um beijo, autoestima

Agir de forma submissa tem muito a ver com o fato de se sentir insegura, ou seja, surge um medo doido de tomar um pé só porque você não está a fim de ir ao rolê escolhido pelo cara. Se esse é seu caso, lembre-se de que ele está com você porque quer e por gostar super da sua companhia.

Falta de experiência

Quem nunca namorou, às vezes, acaba se anulando com mais frequência, afinal, tem pouca experiência em lidar com a relação. Uma dica pra não se perder é perguntar para as amigas se elas acham que você está sumida desde que começou o lance. Caso elas digam que sim, aí é preciso repensar suas atitudes. É zero legal abandonar as bests por conta do namô.

Tchau, guarda-roupa?!

Brigas por causa do short curto que você sempre usou são comuns. Mas trocar de roupa toda vez que o garoto fizer cena vai transformar isso em rotina. Que tal bater o pé e dizer que ele não precisa sentir ciúme, porque você quer ficar bonita pra você e, claro, pra ele? Com jeitinho, tudo se resolve.

Ser uma. Ser dois. Oi?

Saber ser uma só e ser dois é o mais importante no namoro, como explica a psicóloga Cristiane Moraes Pertusi. "Apesar do que sente pelo namorado, você não deve deixar de ter seus interesses e concilie o namoro com tudo o que gosta de fazer".

espelho

Diva clean

Aposte neste make simples que valoriza a cor do batom

por Carolina Firmino

Katy Perry sabe destacar seu sorriso, né? Para fazer igual, cubra as imperfeições do rosto com base, corretivo e pó compacto. Depois, aplique uma sombra cobre no lado interno da pálpebra móvel e abaixo dos olhos, rente aos cílios inferiores. Use sombra iluminadora na região abaixo das sobrancelhas. Termine o olhar com os cílios postiços, mas não se esqueça de passar uma máscara alongadora depois de colocá-los. Finalize com batom cereja. Nas maçãs do rosto, opte pelo blush acobreado.

Foto: Jennifer Graylock/GETTY IMAGES

Fotos: Divulgação

#ficadica

Sombra Amber Blaze, da *Mary Kay*, R$ 21
Blush Make B. Rio Sixties, *O Boticário*, R$ 65
Máscara alongadora para cílios Aviva, da *Jequiti*, R$ 30
Batom Sizzling Red, da *Mary Kay*, R$ 47
REVLON PHOTOREADY AIRBRUSH
Base PhotoReady Airbrush Natural Beige, da *Revlon*, R$ 80
make B.
Cílios postiços Make B. Rio Sixties, *O Boticário*, R$ 23

Jequiti: jequiti.com.br; Mary Kay: 0800- 7733450; O Boticário: oboticario.com.br; Revlon: revlon.com

Peplum é glam!

A moda do babado é superfeminina. Aprenda a usá-la

• **Texto e entrevista**: Larissa Tomazini/colaboradora
• **Consultoria**: Titta Aguiar, personal stylist
• **Design**: Fernanda Yamazato

Foto: Andrew H. Walker/GETTY IMAGES

Emma Stone misturou cores e tecidos, deu certo!

Foto: Alberto E. Rodriguez/GETTY IMAGES

Selena Gomez investiu na calça de couro.

Combinações!

Saia + peplum

Saia lápis e blusa peplum nasceram um para o outro. É uma combinação que transforma até o look mais básico em phyno e delicado.

Peplum + calça

Para mandar superbem nessa produção, o truque é apostar em calças mais justas. Vale saber que o estilo da calça pode variar bastante: couro, jeans e legging são boas opções.

Uso liberado?

Gordinhas: "o peplum é ideal para dar volume no quadril, então não fica tão bem nesse corpo", diz Titta, personal stylist. Mas caso queira apostar nesse modelo, investa em cores escuras e com o peplum pouco franzido.

Magrinhas: meninas com pouca cintura podem (e devem) usar, pois ajuda a definir as curvas do corpo!

Baixinhas: tons monocromáticos evitam a impressão de quebra da silhueta. Vale combinar o peplum com peças mais curtas, como short.

Altas: Titta explica que o indicado para essas meninas é o peplum volumoso e com um tamanho maior.

Eu quero!

Anota aí!

Quatro dicas tem-que-saber sobre peplum

1 A quantidade extra de tecido acaba passando a impressão de quadril maior.

2 Se for usar cinto, prefira os mais finos, marcando a cintura.

3 Como o peso do look está concentrado no quadril, tente não chamar a atenção para outras partes do corpo, como ombros. Nesse caso, **Zooey Deschanel** mandou mal.

4 Para afinar a silhueta, você pode investir em modelos mais larguinhos.

Foto: Jason Merritt /GETTY IMAGES

Nip: (11) 3338-0820; Renner: lojasrenner.com.br; Riachuelo: riachuelo.com.br

closet

Pedraria + dourado = tudo! Da *C&A*, R$ 20

Achado

Caveiras são eternas. Da *Colcci*, R$ 129

Faça a phyna ;). Da *Maria Filó*, R$ 99

Pra usar de dia ou à noite. Da *Riachuelo*, R$ 30

Pendure aí

Maxibrincos tiram qualquer look da mesmice. Vale a aposta!

por Mariana Scherma

Hippie-chic. Da *Surreali para Elo7*, R$ 65

A regra é discrição zero! Da *Fizspan*, R$ 270

Tamanho GG mesmo. Da *Arezzo*, R$ 80

Amei

Divônico! Da *Maria Filó*, R$ 139

Néon pra brilhar. Da *Fizspan*, R$ 135

Se joga na night! Da *Renner*, R$ 36

Cruz é hit. Da *Colcci*, R$ 139

Phyneza define. Da *Arezzo*, preço sob consulta

Fotos: Divulgação

Arezzo: (11) 3081-4929; C&A: (11) 2131-0004; Colcci: colcci.com.br; Elo 7: elo7.com.br; Fizspan: fiszpan.com.br; Juv: juv.com.br; Maria Filó: mariafilo.com.br; Renner: lojasrenner.com.br; Riachuelo: riachuelo.com.br.

In-se-pa-rá-veis

Sua bolsa e você, óbvio. Quem mais passa tanto tempo ao seu lado? Inspire-se nas celebs e seus modelos descolados

• **Texto:** Mariana Scherma • **Design:** Fernanda Yamazato • **Fotos:** Divulgação

Da *Renner*, R$ 299

De franja

Acessórios com franjas são uma das big tendências da primavera-verão. **Vanessa Hudgens** curte tanto que tem até mais de um modelo assim...

Da *Renner*, R$ 100

Da *Colcci*, R$ 399

Color

Às vezes, uma bolsa colorida faz muito pelo seu look básico. **Ashley Benson** super concorda.

Clutch

Sua companheira de balada! **Taylor Swift** e **Rita Ora** sabem bem disso. Ela pode compor com o look ou ser mais básica, mas nunca dispensável!

Da *Colcci*, R$ 869

Da Renner, R$ 109

Da *Uatt?*, R$ 80

Cambridge

Lily Collins adora a sua! E a felicidade de **Emma Stone** é fácil de explicar: ela tem uma bolsa que combina com tudo. Perfeita para escola, shopping, rolês à tarde... Curinga!

Da *Billabong*, R$ 230

Da *Renner*, R$ 99

Billabong: billabong.com.br; Colcci: colcci.com.br; Renner: lojasrenner.com.br, Uatt?: uatt.com.br.

Fotos: The Grosby Group/Direitos Reservados (Vanessa Hudgens, Ashley Benson, Emma Stone, Lily Collins), Dimitrios Kambouris/GETTY IMAGES (Taylor Swift), Jamie McCarthy/GETTY IMAGES (Rita Ora)

Fique linda

por Carolina Firmino

Top Five

Os lançamentos que a gente ♥

1

Lip Care Puro & Natural, *Nivea*, R$ 9
Dois novos sabores para deixar seus lábios hidratados e macios. Tem nas opções Menta e Mel & Leite, #delícia.

3

Loção hidratante da linha Joy!, *Bril Cosméticos*, R$ 8
Você hidratada, cheirosa e com o corpo cheio de energia!

4

Máscara alongadora incolor para cílios Lash Love, *Mary Kay*, R$ 51
O aplicador tem design curvado com cerdas curtas e longas, o que garante um resultado ma-ra-vi-lho-so.

2

Quarteto de sombras matte Make B., *O Boticário*, R$ 62
Cores lindas, com uma fórmula que facilita a aplicação sem agredir a pele.

5

Xampu e condicionador Revitrat Nutrição, *Dermage*, R$ 43
É suave e cria uma espuma cremosa que deixa os fios macios e brilhantes.

Fotos: Divulgação

Loira e linda

"Oi, gente! Eu sempre faço luzes e progressiva, por isso gostaria de saber quais são os cuidados que preciso ter e até que ponto é ruim para o cabelo fazer os dois!", **Carol Xavier, Jaraguão, RS**

— O teste de mecha para saber se o cabelo tem condições de receber os dois procedimentos deve ser feito por um profissional. Depois de ver a resistência dos fios, é possível fazê-los juntos. Não se deve, porém, utilizar formol ou produtos que não sejam liberados pela Anvisa. Para mantê-los sedosos e com as luzes brilhantes, use xampu antiamarelamento e máscaras hidratantes. Já que os cabelos perdem queratina, esses cuidados são fundamentais.

Consultoria: Thiago Borba, do time de beleza de Bruno Cândido no Spa Bella Donna, Belo Horizonte (MG)

Nécessaire de atriz

O que as famosas carregam sempre com elas?

"Demaquilante (em lenços umedecidos), creme leave-in e gel facial esfoliante", **Lua Blanco**

"Hidratante para o rosto, corpo e lábios. Carrego também uma base, um blush e um rímel", **Bruna Marquezine**

"Rímel, protetor labial e blush cor pêssego", **Monique Alfradique**

"Corretivo, pó, um bom blush, rímel e lápis. Ah, além de pelo menos um hidrante para os lábios", **Bia Arantes**

Fotos: Marcelo Correa/Colaborador (Lua Blanco), Ricardo Leal/Colaborador (Bruna Marquezine e Bia Arantes), Francisco Cepeda/AgNews (Monique Alfradique)

Entrevistas: Paula Alves, Michele Marreira, Natália Ortega e Rose Araújo/colaboradoras

1001 utilidades

Este produto da *Fenzza* é pra quem não curte carregar várias maquiagens na bolsa. O blush bastão da linha Make Up FZ custa R$ 20 e, além de ter cores ótimas, pode ser usado como sombra, blush e batom. Uau, tudo isso? É! ;)

Cabelo TDB

O cheirinho de fruta + a dose extra de vitamina vão fazer você amar a nova linha da *Garnier Fructis*. São três opções de produtos para deixar seus fios mais fortes, R$ 8 (xampu) e R$ 9 (condicionador):

Este é para cabelos normais e opacos

Mãos perfeitas

Os esmaltes *Nubar*, que acabaram de chegar ao Brasil, combinam unhas fashion e respeito à natureza. Como assim? É que esses produtos possuem fórmula livre de substâncias prejudiciais ao meio ambiente, além de não investirem em testes de laboratório com animais. São mais de 90 opções de tonalidades lindas, efeitos e texturas diferentes para você escolher.

R$ 35 (cada um)

Bril Cosméticos: ecologie.com.br; Dermage: dermage.com.br; Fenzza: fenzzamakeup.com.br; Garnier Fructis: garnier.com.br; Mary Kay: marykay.com.br; Nivea: nivea.com.br; Nubar: upperbeauty.com.br; O Boticário: oboticario.com.br

A FESTA MAIS MELECADA E DIVERTIDA DO PLANETA ESTÁ CHEGANDO!

nickelodeon

MEUS PRÊMIOS NICK™ 2013

VOTE

NOS SEUS FAVORITOS PELO
MUNDONICK.COM/MPN
E TAMBÉM PELO TWITTER
#MPN+#DO SEU INDICADO

mundonick.com.BR @NICKELODEONBR /NICKELODEONBR

nickelodeon™

© 2013 Viacom International Inc. All Rights Reserved. Nickelodeon Kids' Choice Awards and all related titles, logos and characters are trademarks of Viacom International Inc.

Gladiadoras

Com ou sem salto, elas vão dominar os seus pés! por Carolina Firmino

Goiabinha. Da *Colcci*, R$ 400

Meio sapatilha. Da *Renner*, R$ 119

Achado

Enrolada. Da *C&A*, R$ 80

Estilosa é pouco. Da *Agatha*, R$ 359

Moderna na balada. Da *Colcci*, R$ 549

Gladiadora rocker. Da *C&A*, R$ 90

Rosa bebê. Da *Bebecê*, R$ 136

Básica. Da *Renner*, R$ 119

Clássica. Da *Arezzo*, R$ 150

Pra toda hora. Da *Cantão*, R$ 339

S2 franjas! Da *Jorge Alex*, R$ 160

Fresquinha Da *Colcci*, R$ 329

Spikes! Da *Alice Disse*, R$ 169

Azulindo! Da *Colcci*, R$ 549

Metalizada é trend. Da *Colcci*, R$ 259

Amei

Tipo princesa. Da *Tabita*, R$ 314

É phyna! Da *Arezzo*, R$ 220

Puro conforto! Da *Arezzo*, R$ 250

Agatha: agatha.com.br; Alice Disse: alicedisse.com; Arezzo: arezzo.com.br; Bebecê: bebece.com.br; C&A: cea.com.br; Cantão: cantao.com.br; Colcci: loja.colcci.com.br; Dimy: (48) 3267-0389; Jorge Alex: (11) 3321-7700; Renner: lojasrenner.com.br; Tabita: tabita.com.br

Gladiadoras

Com ou sem salto, elas vão dominar os seus pés! por Carolina Firmino

Estilosa é pouco. Da *Agatha*, R$ 359

Goiabinha. Da *Colcci*, R$ 400

Meio sapatilha. Da *Renner*, R$ 119

Achado

Enrolada. Da *C&A*, R$ 80

Moderna na balada. Da *Colcci*, R$ 549

Gladiadora rocker. Da *C&A*, R$ 90

Rosa bebê. Da *Bebecê*, R$ 136

Básica. Da *Renner*, R$ 119

Clássica. Da *Arezzo*, R$ 150

Pra toda hora. Da *Cantão*, R$ 339

S2 franjas! Da *Jorge Alex*, R$ 160

Fresquinha Da *Colcci*, R$ 329

Spikes! Da *Alice Disse*, R$ 169

Azulindo! Da *Colcci*, R$ 549

Metalizada é trend. Da *Colcci*, R$ 259

Amei

É phyna! Da *Arezzo*, R$ 220

Puro conforto! Da *Arezzo*, R$ 250

Tipo princesa. Da *Tabita*, R$ 314

Agatha: agatha.com.br; Alice Disse: alicedisse.com; Arezzo: arezzo.com.br; Bebecê: bebece.com.br; C&A: cea.com.br; Cantão: cantao.com.br; Colcci: loja.colcci.com.br; Dimy: (48) 3267-0389; Jorge Alex: (11) 3321-7700; Renner: lojasrenner.com.br; Tabita: tabita.com.br

SÓ NO SONY ENTERTAINMENT TELEVISION

MARVEL

AGENTS OF S.H.I.E.L.D.

NEM TODO HERÓI É SUPER

VERIFIQUE A CLASSIFICAÇÃO INDICATIVA.

NOVA SÉRIE

SUPERESTREIA: QUINTA, 26 DE SETEMBRO, ÀS 21H

canalsony.com

© 2013 ABC Studios & Marvel.

por Larissa Tomazini/colaboradora

Ashley Tisdale

O estilo supereclético da diva é pura inspiração!

Foto: Jason Kempin/GETTY IMAGES

Da *Morana*, R$ 29

Da *Teen's Club*, R$ 100

Da *Mormaii*, R$ 170

Da *Morana*, R$ 99

Da *Malwee*, R$ 100

Da *Dona Florinda*, R$ 158

Da *Lince*, R$ 158

Da *Spot Shoes*, R$ 80

Da *Renner*, R$ 119

A combinação short jeans + blusa florida é simples, mas sem deixar o estilo de lado. Para montar um look menos óbvio, vale investir em uma peça diferente e ousada, como o sapato de cor viva.

Como a saia de couro pede uma peça não tão justa para compor o look, Ashley mandou bem na escolha da blusa mais soltinha. A sandália ajudou a equilibrar o estilo rocker e deixar a produção com personalidade.

Foto: Theo Wargo/GETTY IMAGES

Ela também ❤!

- Óculos de sol
- Jeans skinny
- Acessórios rocker

Dona Florinda: donaflorinda.com.br; Lince: (11) 3049-7777; Malwee: (47) 3372-7200; Morana: morana.com.br; Mormaii: mormaii.com.br; Renner: lojasrenner.com.br; Spot Shoes: 0800-140082; Teen's Club: (11) 3339-8890

fashionista

Preto e branco

A **garota *todateen*** Stephani Tomadoce ensina a usar a trend que é chique e descolada ao mesmo tempo

por Liliane de Lucena

A opinião das especialistas

"A calça listrada super valoriza as meninas baixinhas, pois as listras alongam as pernas! O peplum é uma peça fofíssima. Acho chique e delicada. **Os sneakers também têm o famoso truque do salto dentro dele! Além de serem confortáveis, né?** Porém, eu sugiro algumas mudanças pra deixar o look ainda mais legal: combinar a calça com uma T-shirt e um colete de couro + coturno", **Nah Cardoso, It girl e blogueira do site nahcardoso.com.br**

"Como a calça é mais casual por ser de malha, uma ótima saída é usar a parte de cima em couro para criar um equilíbrio. Para explorar o que a peça pode oferecer, vai uma dica: apesar de a calça ter listras verticais, nem sempre isso significará alongamento da silhueta. **Busque listras mais estreitas, se não quiser engrossar as pernas (e parecer mais baixinha)** e listras de largura média ou larga, se quiser aparentar pernas mais curvilíneas", **Marcele Goes, consultora de imagem pessoal da Estilo Sob Medida e membro da Associação Internacional de Consultoria de Imagem.**

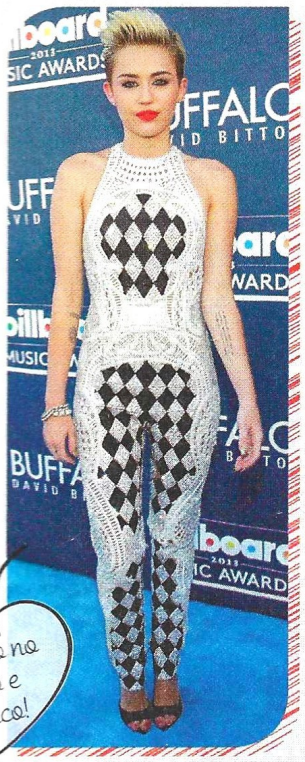


Foto: Rodrigo Takeshi/colaborador *Produção: Michelle Harue/colaboradora *Make e cabelo: Alex Origuella/colaborador *Assistente de foto: Rafael Castilho/colaborador *Assistente de make e cabelo: Aline Bertipaglia/colaboradora
Foto: Isaac Brekken/GETTY IMAGES

"Sempre curti essa calça listrada. Mas é a primeira vez que uso peplum, amei!"

Ela também ❤!

Miley Cyrus pira nos tons preto e branco em suas produções, como este macacão que mistura crochê, pedrarias e grafismos em preto e branco usado no Billboard Awards deste ano. O legal é que, com essas cores, dá pra abusar do batom vermelho glamouroso!

#ficadica

Pra arrasar com estampas geométricas, vale lembrar: listras e horizontais dão impressão de volume (nada de usar listras horizontais na região da barriga!). E seja lá qual for o desenho geométrico, opte por combinar com uma peça lisa, em um dos tons da estampa, ok?

Peplum *Osmoze*, R$ 160
Colar *Dona da Bijoux*, R$ 45
Legging *Bluebeach*, R$ 130
Sneaker *Anna Luz*, R$ 130

Que **tristeza** é essa?

Ficar triste não tem nada a ver com depressão. Entenda como lidar com essas sensações

• **Texto e entrevista**: Mariana Scherma • **Design**: Fernanda Yamazato
• **Consultoria**: Heloísa Fleury*, psicóloga • **Ilustrações:** Shutterstock Images

Faz parte

É normal sentir tristeza, afinal, a gente não vive num *happy end* de filme fofo. A vida é cheia de obstáculos, como pé na bunda, nota baixa... tanta coisa! O segredo pra viver em paz é entender que tudo isso passa e não deixar a tristeza se hospedar por muito tempo. "Ficar triste é uma reação natural a situações difíceis e é na adolescência que a gente desenvolve a capacidade de tolerar e lidar com frustrações", diz a psicóloga Heloísa.

E depressão?

Quando você está triste, sabe bem qual é a causa, diferente da depressão. "Quem está deprimida não tem uma explicação lógica, portanto não adianta dizer para essa pessoa se animar", explica a psicóloga. Nesse caso, você pode ficar dias, semanas e até meses sem muita vontade de nada.

É o seu caso?

Se você anda se sentindo pra baixo, sem muito motivo aparente, saiba que, na adolescência, a depressão nem sempre se parece com tristeza. "agressividade, choros frequentes, distanciamento de amigos e da família, perda de interesse nas atividades de sempre, mudanças no sono, sensação de inutilidade e culpa, falta de entusiasmo ou de energia, pensamentos de morte ou suicídio são alguns dos sintomas da depressão na adolescência", conta Heloísa. Caso apresente mais de um deles há algum tempo, você precisa procurar ajuda.

Não é frescura

É doença e, quando é mais grave, precisa de remédios no tratamento. Nos casos mais leves, consultas com o psicólogo podem resolver. O importante é que, se você sentir que anda pra baixo há algum tempo, converse com seus pais e peça pra que a levem logo à terapia (aliás, esse é um jeito incrível de se conhecer melhor!). Detalhe importante: "os adolescentes tendem a ser menos diagnosticados do que os adultos, porque dependem dos pais ou professores para perceber a situação", diz Heloísa. Ou seja, coloque a boca no mundo!

Fonte de alegria

Já ouviu falar em serotonina? É uma substância que atua no cérebro e regula o humor. Na falta dela, as variações de humor são fortes e fica mais fácil não se sentir bem. Por isso, anote aí o que ajuda a deixar a serotonina em alta: ♥ Praticar esportes ♥ Dormir bem ♥ Tomar sol

Mas não esqueça: isso não é suficiente pra tratar depressão. É preciso medicamentos e terapia, viu!

De skate é mais legal

É fã do estilo? Então, ao terminar de ler esta matéria, vai querer ir pra pista!

• **Texto e entrevista:** Mariana Scherma • **Design:** Carol Tozi • **Consultoria:** Hamabili Machado, professora da *Curves Academia* • **Fotos:** Divulgação e Arquivo Pessoal

Coragem!

"Desde pequena, gostava de brinquedos radicais. Um dia, meu amigo deixou o skate aqui em casa e eu decidi que iria aprender. Fui pra uma avenida, só que me desequilibrei e caí. Resultado: quase quebrei a costela e meus pais me proibiram de andar. Mas eles voltaram atrás quando viram que eu gostava mesmo...", conta Isabelly Rodrigues, 16 anos. Desde então, ela não largou mais e treina sempre quando tem folga do colégio.

Skate-terapia

"Depois do primeiro tombo, levei uns seis meses pra fazer manobras. Hoje, não consigo ficar sem. Às vezes, quando estou meio triste, pego o skate e saio até as pernas doerem. E é o máximo quando as pessoas desacreditam e você consegue fazer uma supermanobra", diz Isabelly. O skate também foi o responsável pelo namoro dela: "Andamos juntos, eu dou palpite nas manobras dele e vice-versa".

Ela é profissa!

Karen Jonz é fera no skate e já ganhou vários campeonatos. "Comecei em 2000, mas já gostava antes disso! No começo, caia bastante, mas achava até engraçado. Quando comecei a melhorar e aprender, mostrava para os meus amigos que ficavam impressionados e indignados de eu estar melhor do que eles *(risos)*". Viu só como skate é coisa de menina também?!

Skate é amor

Quando Karen comenta sobre o que ganhou com o esporte, dá até vontade de praticar... "A liberdade, os amigos, as experiências. Conhecer o mundo, me conhecer melhor e me fazer sentir parte de algo maior". Se você empolgou, a própria Karen dá a dica: "Procure se informar mais sobre o que rola no universo do skate, campeonatos, marcas, vídeos, revistas. E experimente andar pelo menos uma vez, eu garanto que o esporte vai acrescentar bastante na sua vida!". #anotado

E faz um bem para o corpo...

"Fortalece pernas, bumbum, abdômen, autoestima, mente... Sem contar que posso comer tudo o que quero", comenta Karen. A educadora física Hamabili Machado confirma. "Esse esporte traz muitos benefícios à saúde, como o fortalecimento das articulações, o aumento da capacidade cardiovascular, além de tonificar os músculos e aumentar a flexibilidade". Uma hora de skate queima em média 300kcal e, como qualquer outro esporte, é preciso se aquecer e alongar antes, tá?

Conselho da Karen: "não tenha vergonha de cair, é normal"

"Tem menino que acha que sou poser, mas mudam de ideia quando me veem no skate", Isabelly

Cardigã *Billabong*, R$ 220
Regata *KNT*, R$ 63
Bermuda *Bloom*, R$ 150
Óculos *Absurda*, R$ 390
Brincos *VR Bijoux*, R$ 59

Girl flower

Junto com a primavera vem um calorzinho gostoso e a vontade de renovar o guarda-roupa! Inspire-se nas cores e flores da estação

• **Edição e texto**: Liliane de Lucena • **Design**: Carol Tozi • **Fotografia**: Junior Franch/colaborador • **Assistente**: Eduardo Lopes/colaborador • **Make e cabelo**: Roberta Custódio/colaboradora • **Assistente**: Cris Santos/colaboradora • **Produção de moda**: Roberta Gasparini/colaboradora • **Assistente**: Patty dos Anjos/colaboradora • **Modelos**: Larissa Bergman e Luiza Frujuelli

Cropped jeans *Eventual*, R$ 86
Calça *CCM*, R$ 170
Cinto *Enfim*, R$ 37
Pulseiras *Koiza Linda*, R$ 29 (cada uma)
Creepers *Melissa*, R$ 150

Jaqueta *Marisa*, R$ 60
Camiseta *Cholet*, R$ 124
Cinto *Collins*, R$ 30
Saia *Billabong*, R$ 190
Bolsa *Dona Florinda*, R$ 79
Kit com seis pulseiras *Dona da Bijoux*, R$ 55
Tênis *Coca Cola Shoes*, R$ 170

Saia longa florida fica ótima em qualquer tipo de corpo (e é bem possível que você já tenha no seu armário). A novidade é: combine com top cropped e fique toda fashionista!

A estampa floral tem o poder de romantizar o look por si só. Mas se você souber coordenar com peças mais moderninhas, dá pra fugir um pouco disso (como no look com short desta página – quase nada romântico e superatual!)

Cardigã *Loja 18*, R$ 190
Regata *Uqbar*, 260
Short *Karin Feller*, R$ 260
Sneakers *Coca Cola Shoes*, 259
Óculos *Absurda*, R$ 390
Anel duplo *Virgin Again*, R$ 42

Cardigã *Hering*, R$ 100
Vestido *Antix*, R$ 287
Cinto *Riachuelo*, R$ 20
Sandália Shoestock, R$ 190
Bolsa *Lo Lettá*, R$ 110
Brincos *Donna da Bijoux*, R$ 29

Camisa regata *Base*, R$ 179
Saia *Bloom*, R$ 148
Bolsa-carteira, *Dumond*, R$ 70
Brinco *Carol Bassi* para *Gio*, R$ 145

Blazer *Nine Pockets*, preço sob consulta
T-shirt *Marisa*, R$ 30
Short *Cholet*, R$ 274
Tênis *Converse All Star*, R$ 140
Brincos *Marisa*, R$ 20
Bolsa *C'est Super*, R$ 128
Bracelete *Panapaná*, R$ 62

Camisa *Costume*, R$ 119
Calça *Handbook*, R$ 170
Peep toe *Petite Jolie*, R$ 70
Colar *Parco*, R$ 110

Vai usar a peça principal do seu visu (como a calça ou o blazer) em estampa floral? Opte por peças lisas no restante do look – assim fica mais fácil acertar

Absurda: absurda.com; All Star: converseallstar.com.br; Antix: antixstore.com; Billabong: billabong.com.br; Bloom: bloom.com.br; C&A: cea.com.br; Cholet: cholet.com.br; Coca Cola Shoes: cocacolashoes.com.br; Costume: costume.com.br; Dona Florinda: (85) 3348-8000; Donna da Bijoux: (11) 3333-3237; Dumond: dumond.com.br; Eduardo Laurino: (11) 3083-0756; Enfim: enfimwebstore.com.br; Handbook: hbf.com.br; Hering: 0800-473114; Karin Feller: (11) 3496-0246; Lo Letta: loletta.com.br; Marisa: 0800-7281122; Nine Pockets: (44) 3351-1400; Panapaná: panapana.com.br; Parco: parcodesign.com.br; Petite Jolie: petitejolie.com.br; Shoestock: (11) 4706-1005; Virgin Again: virginagain.com.br.

GAME OVER na celulite

Medo de encarar o shortinho por conta dela? Vamos dar um jeito nisso já!

• **Texto e entrevista**: Mariana Scherma • **Design**: Carol Tozi
• **Consultoria**: Cecília Souza, empresária e esteticista, e Tamires Freitas, nutricionista, da Clínica de Estética Dan Corps
• **Ilustrações**: Thinkstock/Getty Images e Shutterstock Images

É fato: toda garota tem

Celulite não é "brinde" de quem está acima do peso, não. Bastou ter uma gordurinha embaixo da pele que, sim, ela aparece, por conta da compressão dos vasos sanguíneos. E são as mulheres que têm mais por uma questão hormonal.

Os culpados

O que mais complica na celulite é que há vários fatores que fazem com que ela apareça: hereditariedade, hormônios, sedentarismo e má alimentação. Como a celulite está relacionada à retenção de líquido, se você toma pílula anticoncepcional, pode sofrer mais.

Os alimentos vilões

Tudo aquilo que for rico em gordura e sódio é prejudicial. Os alimentos ricos em gordura e açúcar fazem as células de gordura aumentarem, principalmente se você não malha. Em compensação, tudo o que é rico em sódio (embutidos, refrigerante, salgadinhos, etc.) aumenta a retenção de líquido, que piora a celulite. **Ou seja:** coma com moderação tudo isso que prejudica. E prefira o que é saudável, como frutas, verduras, alimentos integrais e não tão ricos em açúcar.

Tome água

Ela ajuda seu corpo a não reter resíduos tóxicos, que se transformam em celulite mais pra frente. Sucos (mesmo que seja natural) e refrigerante não valem, tá?

Tem cura?

Sim! Mas não é tão simples: ao comer com equilíbrio, tomar muita água e praticar atividade física (exercícios aeróbicos, como andar de bicicleta, correr e nadar são tudo de bom!), ela melhora super. Em alguns casos, vale aliar tratamentos estéticos, como drenagem linfática, que diminui a compressão dos vasos.

E os cremes anticelulite?

Eles dão uma mãozinha, o que não exclui uma alimentação balanceada e a prática de esportes. Ou seja, sozinhos, eles não fazem milagre. **Fica a dica:** passe sempre depois do banho.

Falando neles...

Sérum Corporal Bio-redutor, da *Natura*, R$ 94

Spray Anticelulite, da *Veer*, R$ 97

Bye-Bye Celulite, da *Nivea*. R$ 30

Kit (com óleo de massagem, de banho e óleo essencial), da *Tisserand*, R$ 158

Concorra a uma bike da Houston em **todateen.com.br/promocoes**

Natura: 0800-115566; Nivea: nivea.com.br; Tisserand: (11) 3081-5217; Veer: veer.com.br.

Quem segura esta garota?

Tem álbum novo, turnê começando, filme pra estrear e o coração soltinho: Sel está mesmo com tudo!

• **Texto**: Carolina Firmino • **Design**: Fernanda Yamazato • **Fotos**: Divulgação

A gente não tem dúvidas de que Selena cresceu. Não dá pra dizer, porém, que a culpa é dos 21 anos recém-completados. Na verdade, faz tempo que ela está mais madura e focada. Nem as idas e vindas com Justin a fizeram deixar o bom momento passar. Por isso, ***todateen*** foi atrás do que está rolando na vida de Sel pra você ficar por dentro dessa fase poderosa dela. ;)

As estrelas dançam

Stars Dance foi lançado em julho de 2013, mesmo mês de aniversário da diva, então, não é por acaso que *Birthday* é a primeira faixa do CD. Teve até clipe especial e recadinho mandado por ela: "eu queria celebrar meu aniversário de 21 anos com todos vocês!", disse na descrição do vídeo. No geral, o álbum é bem animado, ainda mais se você curte dançar. O single, *Come & Get It*, no entanto, não agradou muito aos críticos. Hermione Hoby, do jornal *The Guardian*, chegou a dizer que o CD todo parecia ter músicas rejeitadas por Rihanna – e o bapho é que há um tempo ela realmente se recusou a gravar *Come & Get It*. Mas isso não parece um problema para Sel, que inclusive fez uma homenagem para Riri citando o superhit *Diamond* na música *Like a Champion*.

Polêmicas

Tem gente dizendo que várias músicas do novo álbum foram pra falar sobre o fim do namoro com JB. Em *Forget Forever* ela canta "nosso amor foi feito para dominar o mundo, você veio e destruiu a garota perfeita". #tenso? É que você não se ligou em *Love Will Remember*, que tem uma mensagem de voz que poderia ser de Bieber. Pelo jeito, foi difícil terminar esse lance, mas ela parece ter dado a volta por cima. Prova disso é que Selena não para: a turnê do novo álbum começou em agosto e deve seguir até o fim do ano que vem. Pena que, por enquanto, o Brasil ainda não está na lista de países que receberá a diva.

No cinema S2

Em uma entrevista ao *E!News*, Selena disse que ser atriz é o seu grande sonho e, por isso, pode até parar de cantar. Os fãs surtaram, óbvio! Logo depois, a diva desmentiu e tentou acalmar a galera. Porém, com os dedos cruzados pra isso não acontecer, vale lembrar que Sel tem muito talento para atuar. A fofa, que começou no elenco de *Barney e Seus Amigos*, já estrelou uma série onde foi protagonista e tem mais de dez filmes no currículo, entre atuações e dublagens. Em 2009, no vídeo de *Tell Me Something I Don't Know*, ela interpretou uma garota rebelde que precisava limpar a casa, mas preferia dançar. Agora, quatro anos depois, a cantora aparece bem sensual e faz caras e bocas nos clipes de *Come & Get It* e *Slow Down*.

A personagem de Sel em *Spring Breakers*, gravado em 2012, tem tudo a ver com essa fase mais "adulta". No filme, que tem no elenco Vanessa Hudgens, Ashley Benson e Rachel Korine, a personagem de Sel assalta um restaurante e ainda se envolve com um traficante barra-pesada para conseguir grana para viajar. Selena conta que o convite para

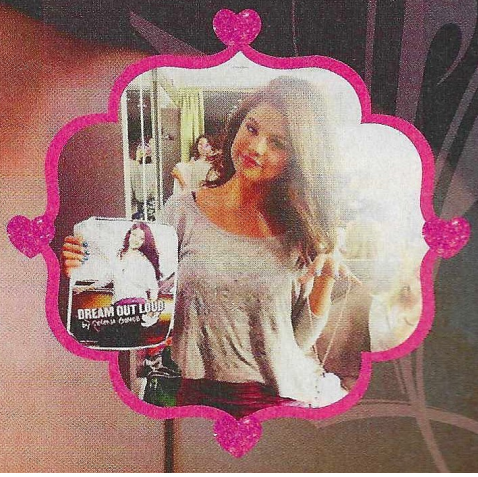
aparecer ainda este ano. Um deles é o suspense *Getaway* (título em inglês), em que ela interpreta *The Kid*, uma jovem hacker que tenta roubar *Brent Magna* (Ethan Hawke), mas acaba virando sua aliada.

Estilo

Sel acabou de lançar uma linha exclusiva em parceria com a *Adidas NEO*. Tem moletom, T-shirt, jeans, tênis e sneakers, tudo em uma pegada rocker. As vendas estão rolando desde agosto no site adidas.com.br.

Dream Out Loud é outra linha de roupas assinada por ela e desenvolvida para a loja Kmart, nos Estados Unidos. Os preços são acessíveis e parte do dinheiro arrecadado com as vendas é destinada à caridade. Demorou até que os produtos chegassem ao Brasil, mas, desde 2012, eles estão à venda em algumas lojas do Walmart*.

*Para saber em quais lojas do Walmart você encontra a coleção e Sel, ligue para 0800-0146000.

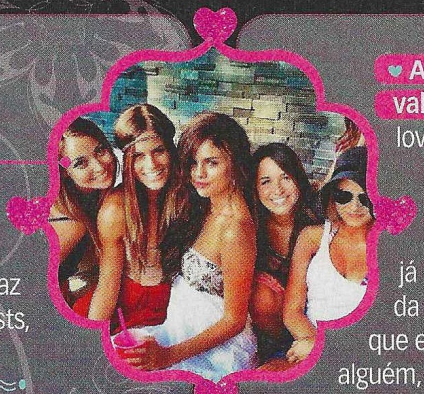


participar de *Spring Breakers* a deixou animada por ser algo diferente. "Achei que trabalhar com o diretor Harmony Korine seria uma boa escolha, já que sempre que a gente se encontrava, acabava ficando duas horas falando sobre o roteiro", conta. O mais legal é que logo a gente vai poder assistir ao filme, pois a previsão é de que seja lançado no Brasil (apenas em DVD) agora, em setembro. o/

+ novidades

Outros trabalhos de Selena como atriz podem

10 coisas para aprender com Sel

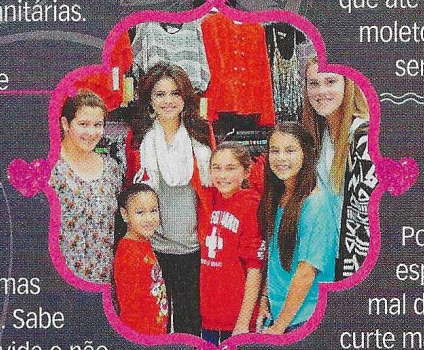


Ela sabe ser amiga. E isso não significa ter uma relação 100% paz e amor, mas sim valorizá-la. Selena e Demi, por exemplo, já brigaram no passado, mas souberam superar. A fofa faz questão de passar um tempo com as bests, famosas ou não.

Família é tudo. A diva com certeza pensa assim. Já viu que lindas as fotos que ela publicou quando a mãe estava grávida?

Aqui ela estava visitando uma comunidade em Gahna, na África

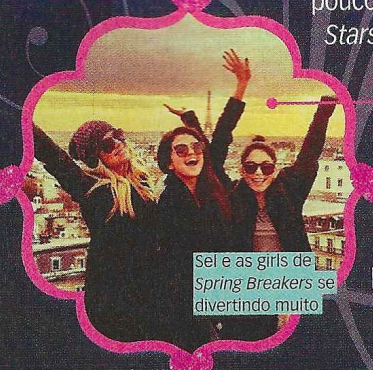
Usa sua imagem para fazer o bem. De coração, sabe? Ela é embaixadora da Unicef e sempre ajuda em causas humanitárias.



Sel é legal com todos. Sempre que ela encontra algum fã, por exemplo, faz questão de dar atenção e fazer a sua parte de ídolo teen.

Autoestima nota dez. A gente acompanhou todo o vaivém com Justin, mas nunca viu Selena surtar por ele. Sabe por quê? Sel é bem-resolvida e não deixa garoto algum atrapalhar a sua vida.

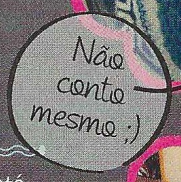
Ela sabe superar. Isso também tem a ver com JB. Em vez de chorar, Sel aproveitou para ajudar outras garotas e contou um pouco de suas histórias nas músicas de *Stars Dance*.



Sel e as girls de *Spring Breakers* se divertindo muito

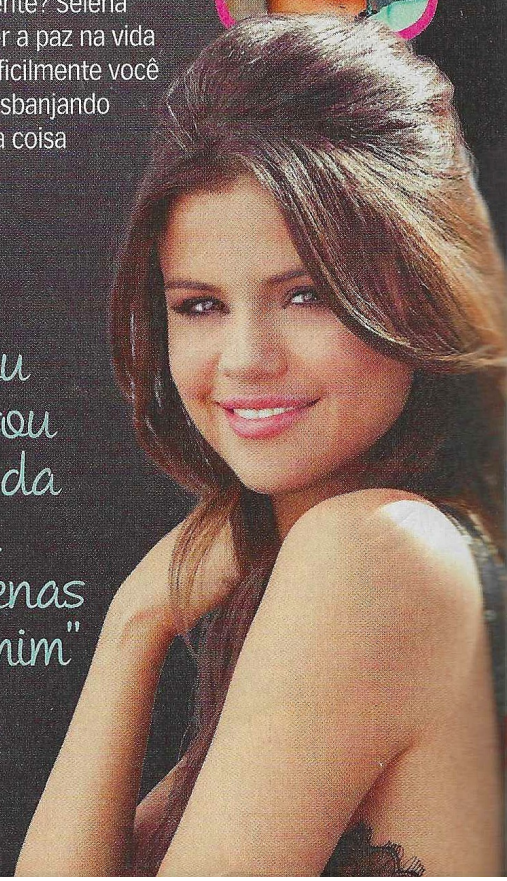
Não tem medo de arriscar. É o que ela mostrou com a declaração que fez sobre *Spring Breakers*, de que decidiu se jogar. Às vezes, é preciso tentar algo diferente!

Apaixona-se pra valer. Quando está in love, ela não pensa duas vezes e vive o hoje. Mas já declarou que, da próxima vez que estiver com alguém, vai manter em segredo.



É diva. Ela está sempre linda, com roupas e make divônicos. Não importa se acabou de acordar ou está chegando da balada, ela é o tipo de garota que até usando calça de moletom consegue ser notada.

Discrição nunca é demais. Pois é, pra que dar espaço para falarem mal da gente? Selena curte manter a paz na vida pessoal e dificilmente você vê-la esbanjando alguma coisa por aí.



"Eu não sou a rainha da beleza. Eu sou apenas bonita pra mim"
Who Says

Príncipe Harry

Além de lindo, ele é fofo e romântico! Bora conhecer o lado apaixonado do gato?

• **Texto:** Larissa Tomazini/colaboradora
• **Design:** Fernanda Yamazato

Você já se imaginou namorando o Harry? Acordar com uma ligação dele, ouvi-lo cantando só pra você, jantar com ele... Seria perfeito! Se você for uma candidata a Miss Styles, pode comemorar, pois o gato sabe muito bem como ser um verdadeiro príncipe!

Algo a mais

A lista de namoradas que Harry teve não é pequena, mas ele confessou em uma entrevista polêmica à revista *GQ* que dormiu com menos de dez meninas até hoje. E o que isso quer dizer? Que ele aproveita a vida, curte namorar e leva o amor muito a sério. Afinal, ele é superfamoso e poderia ter várias garotas no currículo, mas é responsável e acha que, para rolar algo a mais, tem que estar mesmo apaixonado. Existe notícia melhor do que essa?

Foto: Stuart C. Wilson/GETTY IMAGES

À procura

Se você fosse a escolhida do Harry, com certeza gostaria de passar todo o tempo possível bem pertinho dele. Apesar de o gato ser bastante ocupado e viver viajando para vários lugares, ele já disse que deseja encontrar uma menina que o encante. Olha o que ele falou para o jornal *Daily Star Sunday*: "estou ansioso para encontrar alguém que realmente me inspire e me faça querer passar muito tempo com ela". Pronta para se candidatar?

Ele quer algo sério

Mesmo depois de tantos romances terminados, Harry continua buscando uma nova paixão. E quer saber do melhor? Ele procura uma menina para assumir um relacionamento sério. Em uma entrevista ao mesmo jornal, o cantor afirmou que está com o coração livre e que ainda não encontrou a menina certa para ele. Fala sério: Harry é ou não é o cara mais fofo do mundo?

Segredinho

Quer saber como impressionar o cantor na hora da conquista? A dica que o próprio Harry dá é simples: basta ser uma menina difícil (o grande problema é conseguir fazer charme logo com ele, né?). E por que isso significa que ele é romântico? Na grande maioria das vezes, quando o menino se esforça para conseguir chamar a atenção da garota, ele dá um valor ainda maior ao relacionamento. Mesmo porque só ele sabe o trabalho que deu estar com ela e como isso valeu a pena.

Amor sem preconceitos

Harry já namorou garotas bem mais velhas do que ele e não ligava para essa diferença. Ele declarou que idade não é nada além de números. Ou seja, o gato acredita que o que realmente importa é o sentimento. Portanto, ele não encara as diferenças como problema, desde que o romance entre ele e a menina seja verdadeiro.

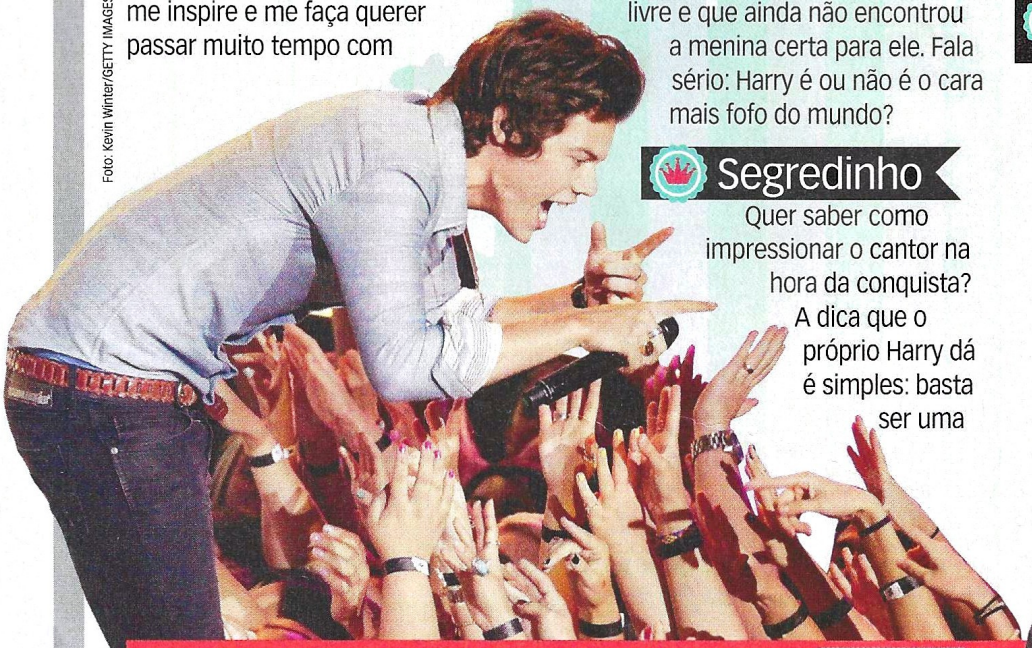


Foto: Kevin Winter/GETTY IMAGES

Harry e a ex Taylor Swift

Foto: The Grosby Group/Direitos Reservados

Quando ele está apaixonado...

Harry acompanha um desfile com Dionne Bromfeld

Foto: Ian Gavan/GETTY IMAGES

Topa qualquer passeio, até aqueles que os meninos costumam não curtir

Não liga de parecer bobo (ele é lindo de todo jeito)

Faz de tudo para conseguir estar com a amada (até dirigir um ônibus, hehe)!

Sabe reconhecer o valor da menina que está ao lado e entende que ela é única e especial

Gosta de andar de mãos dadas

E por que você se apaixonaria por ele?

Além do lado romântico, listamos mais cinco razões (mas poderiam ser milhares delas) para você ficar completamente apaixonada pelo Harry.

Foto: Danny Martindale/GETTY IMAGES

1

No *Teen Choice Awards*, que rolou no mês passado, o cantor ganhou o prêmio de gato e de sorriso mais bonito. Tem como resistir?

2

Se você acha que o bom humor é um ponto importante na relação, tem ótimas chances com o Harry. Ele é engraçado e adora fazer as pessoas rirem.

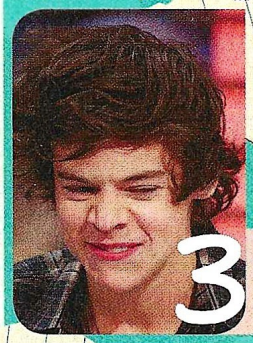


Foto: Juan Naharro Gimenez/GETTY IMAGES

3

Ele é fofo, mesmo quando faz careta!

4

Já pensou em ser mimada por ele? Pois é, o gato declarou que gostaria de ter uma namorada para não precisar economizar nos mimos.

Fotos: Instagram/@harrystyles

5

Harry é superatencioso e educado com as fãs!

Agarre essa chance, menina!

Mostre que você pode ser a garota dele! Anote aí algumas atitudes que fazem o Harry ficar todo in love.

Família, sua linda!

Quando a irmã mais velha dele se formou na faculdade, ele a presenteou com uma viagem aos Estados Unidos. Além disso, o gato tem tatuagens em homenagem à mãe e à própria irmã. Ou seja, quer ter chances com o Harry? Leve a sério a história de que família vem em primeiro lugar, afinal, ele já demonstrou que acredita nisso.

Foco no que quer

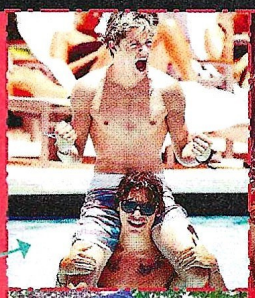
Se você é daquelas que não conseguem decidir as coisas e sempre ficam em cima do muro, ponto negativo. "Acho atraente meninas com ambição. Eu quero alguém que seja motivada", declarou o cantor em uma entrevista à revista *Cosmopolitan*. Então: saiba tomar decisões e vá atrás daquilo que deseja.

Para todas as horas

Você já reparou que o Harry e os outros meninos da 1D são tão amigos que até parecem irmãos? Isso acontece porque ele sabe que tudo fica mais chata longe dos amigos. Em outras palavras, para você chamar a atenção do cantor, tem que ser uma garota fiel às suas amizades. Mas isso não é algo difícil de fazer, né? Afinal, você também deve ter sua BFF e sabe o quanto é importante a companhia dela, seja nos momentos difíceis ou divertidos.

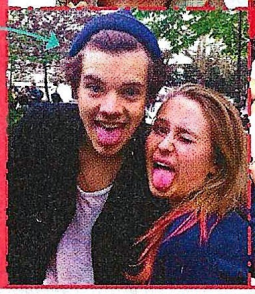
Momento suspiros

Harry e Niall parecem bem felizes. Multiplica, Senhor!

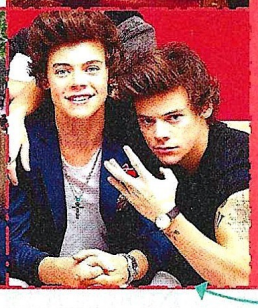


Quem é o rei? É claro que o Harry!

O gato se divertindo com uma fã! Quem queria estar no lugar dela?



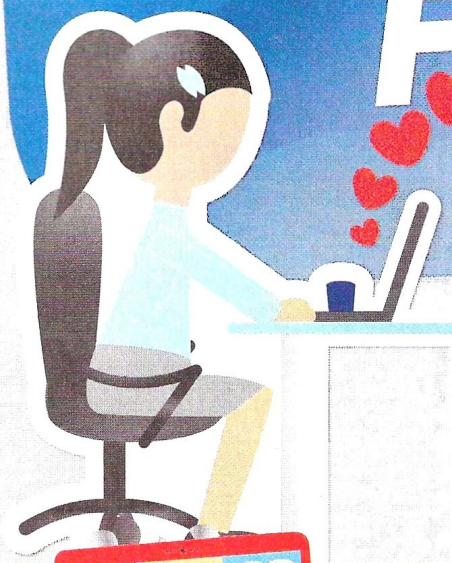
Irmão gêmeo? Infelizmente, não. Ele está fazendo pose com a estátua do Museu Madame Tussauds



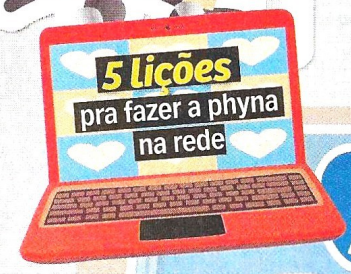
"Agiliza pra mim, Facebook?"

Pedir pra Santo Antônio? Que nada! O negócio é usar a rede social pra conseguir sair do zero a zero

• Texto e entrevista: Mariana Scherma • Design: Fernanda Yamazato • Ilustrações: Shutterstock Images



Momento sinceridade: quanto tempo você passa todo dia no Facebook? Um tantão, né? Por isso, nada mais justo do que agilizar alguns assuntos do S2 na própria rede social. Até porque ela ajuda super quem é mais tímida, deixa você pensar antes de falar (quer dizer, postar) e ainda permite fazer uma investigação básica sobre o garoto, o que evita um montão de micos. Mas antes de #PartiuGanharOGato, vamos aos mandamentos básicos pra não queimar seu filme...



1

Facebook não é o mesmo que "meu querido diário...". Não exagere nos posts que narram como seu dia está sendo porque fica cansativo. Afinal, todo mundo come, dorme e toma banho.

2

Cuidado com a "marcação" alheia. Tem sempre aquela "amiga" que faz questão de marcá-la numa foto em que você aparece com cara de louca, só porque ela tá bonitinha. O melhor é ir em "Configurações de privacidade" e ativar o item em que você gerencia as marcações antes.

3

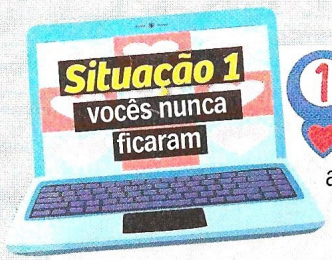
Convites para 300 mil jogos? Ah, não, ninguém merece esse "presente". Ainda mais se o menino faz a linha mais sério e não curte os jogos, seja moderada.

4

Não compartilhe tudo o que você acha legal ou meio legal. Isso vai fazer com que você lote a timeline do garoto (e de qualquer pessoa) e, quer a verdade?, isso é um péssimo jeito de ser notada. Compartilhe APENAS o que acha genial.

5

Ama futebol e é fanática pelo seu time? Lindo! Mas **cuidado ao provocar os torcedores de outros times...** Vai que você passa uma ideia de briguenta sem ser? E pior: vai que você critica o time do gato sem querer? Bem desnecessário.



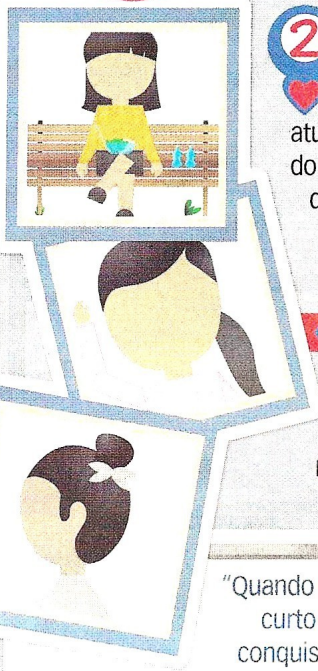
1 **Vale apostar no visual.** Ou seja, mandar muitíssimo bem na foto de perfil e em todas as outras que posta. A intenção é fazê-lo pensar "uau!" e correr curtir sua foto nova.

Um cuidado: foto bonita não é a mesma coisa que sensualizar total no clique, com o maior decote e a tal *duck face* (o biquinho de pato). Um sorriso bonito é até mais eficiente. Duvida? Segue a prova:

"As fotos dela sorrindo, meio espontâneas, são ótimas!" **Dudes Becker** (@dudesbecker), 14 anos

"Adoro ver fotos dela sorrindo, sou apaixonado por sorrisos", **Guilherme Morari Prete** (@GuiMorari), 18 anos

Fotos: Arquivo pessoal



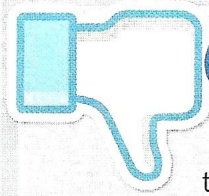
2 **Lembre-se de mudar a foto de perfil vez ou outra,** por mais que você ame a atual. Mostrar um outro ângulo do seu sorriso ou usar a foto de quando arrasou no make dos olhos vai fazer com que o cara repare mais em você.

Um cuidado: mudar de vez em quando não quer dizer mudar todo dia. Aí vai parecer que você só está mesmo em busca de aplausos.

"Quando estou a fim, curto fotos até conquistar uma certa intimidade, logo depois crio coragem pra chamar pra bater papo". **Henrique Pulchera** (@henriquepulcher), 17 anos

3 **Caso ainda não saiba, dê uma vasculhada em tudo o que seu paquera curte, de música a livros.** Veja o que mais tem a ver com seu gosto e publique uma frase de um livro ou um clipe de uma banda que esteja entre os "curtir". Mostrar que vocês têm algo em comum é sempre um bom caminho pra começar a conversa.

Um cuidado: goste pelo menos um pouquinho do que postar, senão, quando conversarem, você vai ficar meio perdida no assunto, tá?



4 **Você é fã de uma indiretinha via timeline?** Repense. Se você e o gato ainda não ficaram nem têm muita intimidade, a indireta pra outro garoto pode parecer que é pra ele. Sem contar que, mesmo que seu paquera saiba que não é pra ele, vai achar que você faz isso sempre e preferir manter distância.

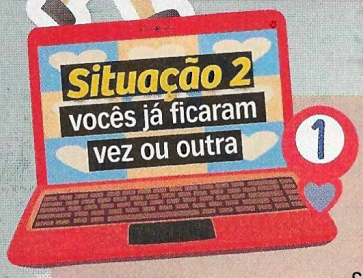
Indiretas nunca mais? Se for muito necessário, aposte na indireta bem-humorada.

5 **Atenção total com posts de temas repetitivos.** Exemplo: se você curte sapatos e só publica links que remetem a isso.

Não precisa se censurar, mas é legal mostrar que você tem interesses bem variados.

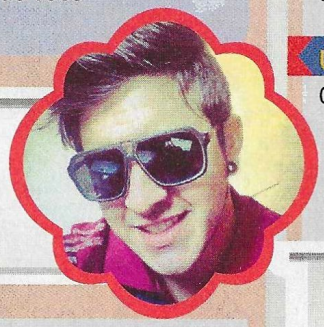
E pra se aproximar dele?

- Curta algumas fotos (de repente, curtir uma mais antiga mostra que você está mesmo interessada). Só não vale curtir o álbum inteiro de uma vez só.
- Marque-o em uma notícia que ele vai amar. De repente, o show da banda preferida do menino!
- Puxe assunto por inbox. Pense em algumas perguntas antes pra não cair no chatíssimo oi-tudo-bem/tudo-bem-e-você.



1 **As dicas sobre fotos lindas de perfil continuam valendo neste item.** Afinal, é sempre bom relembrá-lo do quanto você é diva.

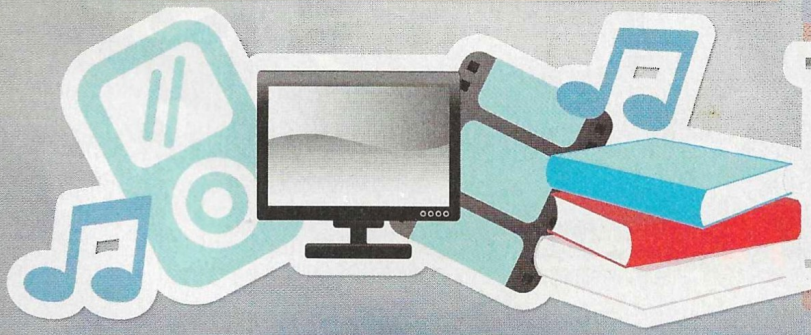
Mas se rolar um pouco de ciúme, melhor. Isso porque os garotos notam quando outro carinha curte sua foto. Peça a um amigo mais chegado que curta e poste um "que gata". Só não exagere porque vai que ele desiste de você por causa do excesso de disputa.



"Morro de ciúme de comentários de outros garotos tentando chamar a atenção dela", **Vitor Rodrigues** (@docevitor), 19 anos

2 **Faça um post sobre algum filme que queira muito ver ou alguma festa próxima em que vá.** Às vezes, o carinha é tímido e está à espera de uma deixa pra convidá-la.

Se você é direta... convide-o logo para o programa que esteja querendo ir. Não é nenhum crime convidá-lo. Ter atitude é lindo!

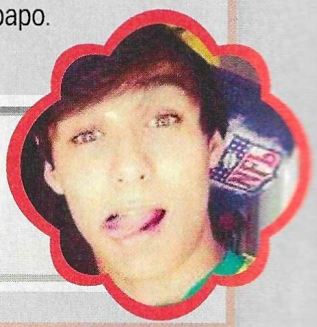


3 **Aposte no bate-papo pra criar mais vínculo com o menino.** Faça perguntas sobre o que ele curte e conte sobre você também.

Um cuidado: não banque a repórter fazendo 289 perguntas de uma vez nem fique só falando de si mesma.

Uma dica: sair antes de ele começar a encerrar a conversa é um jeito de deixá-lo ansioso pra continuar o papo. Tipo gostinho de quero mais.

"Eu puxo assunto até um certo tempo. Depois, espero pra ver se ela vem falar comigo", **Rodrigo Lima** (@RodrigoLimaa14), 16 anos



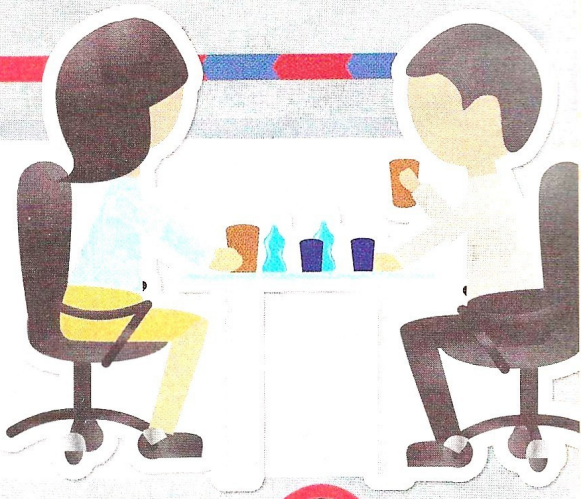
4 **Faça mais posts fofinhos.** Uma frase de livro ou de música que tenha curtido ou uma fala de algum filme que mostre um lado da sua personalidade que o cara ainda não conheça é uma ótima.

Muita calma: cuidado com declarações super-românticas nesse momento. Ele pode assustar.

"Eu sempre paro pra ler as frases que ela publica porque é um jeito de saber mais da personalidade dela", **Leonardo Chaves** (@leonardoleite02), 21 anos

Situação 3

Ficam sempre e é tão bom que você quer namorar!



1 **Marque presença.** Não no sentido stalker da coisa, mas no sentido amiga-futura-namorada. Conversar sempre, enviar links que ele vai curtir... Sabe aquela história "tô ao seu lado pro que der e vier"? É por aí! Meninos querem namorar uma garota nessa vibe.

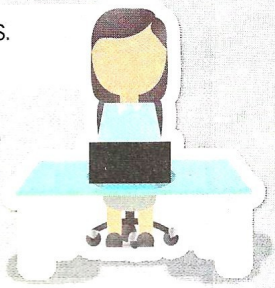
Um cuidado: estar ao lado não é estar sempre na cola. Fique atenta pra não passar a impressão de que a única coisa que faz na vida é correr atrás do gato.

2 Por mais que você esteja in love e morra de raiva das ~~periguetes~~ garotas que aparecem curtindo fotos ou postando algo pra ele, **controle total o ciúme.**

Porque o momento é delicado: se você se mostrar a maior ciumenta da história, pode ser que o lance acabe sem nem começar direito. Ah, você não concorda? Leia isso a-go-ra:

> "Eu acabo desistindo da ficada quando percebo que não tem futuro. Ciúme em excesso e muita futilidade me fazem desencanar na hora", **Elian Almeida** (@ElianAlmeida_), 19 anos

3 Evite a tática causar ciúme do item Situação 2. Ela só vale pra quando as ficadas são meio incertas. **Agora,** no seu caso, **isso pode botar tudo a perder**, ainda mais se ele for estressadinho.



4 Não fique sentada na frente do computador o dia todo esperando ele convidá-la pra alguma coisa.

Convide você mesma: e, caso ele não possa ir, saia mesmo assim e dê um jeito de mostrar que você saiu e se divertiu, mesmo sem ele.

5 **Nada de esperar que ele adivinhe o que você está sentido.** Essa história de telepatia não é muito o forte dos garotos.

Então... respire fundo e diga que você gosta muito de ficar com ele. Aí é só ver o que acontece ;)

Deixa ele falar*

Sobre amores e redes sociais

O Facebook é algo difícil de definir, sabiam? O seu perfil ali não diz exatamente quem você é, mas pode ajudar ou queimar o filme na vida real! Do mesmo jeito que o mural pode apresentar um monte de ideias e gostos legais de alguém, tem também gente que vira um incômodo na sua timeline, embora nem seja uma pessoa chata fora do computador.

Portanto, vamos deixar de lado o resto e aproveitar só o lado bom da coisa: se você é mais tímida, pode conversar inbox com seu paquera. E com um diferencial: é possível até pensar no que vai digitar antes de teclar o definitivo enter, uma vantagem para eles também. Ou você acha que os garotos não ficam com as mesmas encanações que as meninas? Aliás, o lado 007 masculino também funciona bem na hora de montar uma ficha da gata ou apenas descobrir o nome daquela amiga da amiga. Então, se está solteira, não precisa fazer do seu perfil um arquivo secreto, em que nem uma fotinha do rosto aparece para quem não foi adicionado. Só não vá liberar tudo, já que a falta de privacidade vai causar certos inconvenientes.

E não se esqueça do mundo lá fora! O Face deve ser mais uma ferramenta pra se comunicar do que um objetivo. Por isso mesmo, é chato ver que muita gente, até na balada, fica ali grudada no smartphone ao invés de curtir de verdade o momento. Nessas horas, se dá melhor quem domina o olho no olho!

* Quem fala é o Marcelo Ricciardi (marcelo.ricciardi@astral.com.br), um cara superantenado que prometeu contar tudo o que rola no universo dos garotos.

Boca fechada!

5 coisas para nunca dizer ao cara

• **Texto:** Carolina Firmino
• **Design:** Fernanda Yamazato
• **Fotos:** Shutterstock/ Getty Images e Thinkstock/Getty Images

Foto: Estevam Avellar/Rede Globo

A *Valdirene*, personagem da atriz Tatá Werneck na novela *Amor À Vida*, é o tipo de garota que fala um monte de besteira pra chamar a atenção. Na telinha, a gente se mata de rir, mas, na vida real, isso pode complicar o seu lance com o cara. Nada de bancar a *Valdirene*, hein?

"Você parece meu ex"

É como dizer: "agora pode terminar comigo". Não, né? Você não precisa estragar tudo por causa do seu ex, afinal, ele é EX, em caixa alta mesmo! Os caras odeiam ser comparados com outros e fazem disso um motivo para, quem sabe, procurar a ex deles? Ai, credo!

"Olha como eu tô gorda"

Então, se ele ainda não tinha reparado em nada, agora já era. Pode implorar para o namô perceber que você cortou o cabelo, está de blusa nova ou cílios postiços, mas, até ele se ligar, demora. Por isso, não denuncie seus pontos fracos assim, faça o contrário: mostre ao love que sua autoestima anda lá em cima.

"Por que você curtiu a foto dela?"

É o fim do mundo e ele não curte mais você. Nada a ver! Hoje já é algo automático curtir coisas no Face. Por isso, nem dê ibope. Vai ver ele curtiu sem querer, mas pode começar a reparar na menina depois da sua pergunta... #deixequieto

"Harry Styles é meu sonho de consumo"

O garoto também pode morrer de amores pela Rihanna, mas quantas vezes você já ouviu isso da boca dele? Posso apostar um beijo do Harry Styles que nunquinha. Segura a onda e diga isso olhando pro poster dele no seu quarto ;)

"Ou eu ou o futebol"

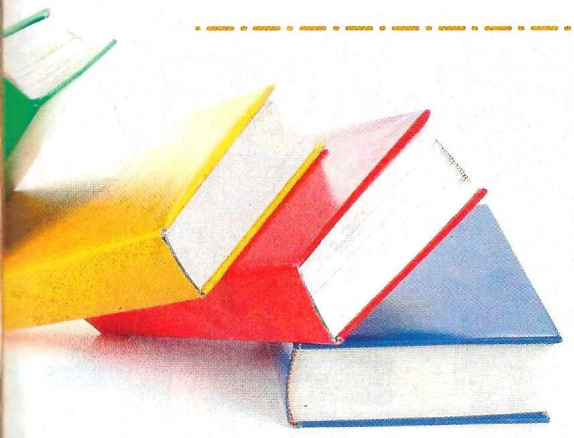
O locutor e repórter esportivo, Cléber Machado, gritaria: "bola fooora" pra você, já que o menino pode mesmo escolher o futebol. Quando ele fala que vai jogar bola com os amigos é tipo a sua ida à manicure ou ao cabeleireiro: essencial. Já se o problema for ele passar o domingo à tarde pra ver o jogo, faça disso um descanso semanal do gato pra sua cabeça. Quer uma dica? Desencana!

Que pasta é essa?

Ganhou a Camiseta

"Minha família e eu sempre passamos as férias de fim de ano na casa da minha tia. Nesta última vez, eu acordei muito cedo e fui direto escovar os dentes. Percebi que a pasta tinha um gosto estranho, mas nem liguei e continuei escovando os dentes... Ao sair do banheiro, falei para a minha tia o quanto era diferente o gosto, ela achou estranho e me perguntou 'qual você usou?'. Eu peguei o frasco e ela começou a rir... Só aí fui ler: era creme para barbear. Agora, minha tia espalha isso para geral!"
Angelica, Bragança Paulista, SP

Ler o nome do produto é sempre um bom começo. Vai que um dia você confunde água com água sanitária :S



À vontade

"Fui à praia com minha amiga e, chegando lá, tirei a blusa pra dar um mergulho. Na mesma hora, estavam passando dois gatinhos na minha frente: um deles olhou pra mim e disse 'ô lá em casa'. Fiquei me achando até que minha amiga olhou pra mim e gritou 'menina, você tirou tudo!' Quando olhei pra baixo, o pior tinha acontecido: eu estava sem a parte de cima do biquíni. Nunca mais me esqueço!"
Celeste, Surubim, PE

Se você não esquece, imagine os meninos... Agora, mistério: como assim não percebeu que o biquíni sumiu?

Chão, chão, chão!

"A professora estava explicando a matéria na sala e a turma estava quieta (finalmente). Aí, sem querer, deixei o livro da minha amiga cair... Mas eu estava com tanta preguiça de sair da cadeira para pegá-lo que resolvi me esticar toda. O problema é que, quando fui pegar, a cadeira virou com tudo e eu dei de cara no chão! Todo mundo riu, a professora ficou assustada e eu morri de vergonha!"
Isabelle, Rio de Janeiro, RJ

Fotos: Shutterstock Images

Você estava quieta e "sem querer" deixou o livro cair. Já saquei quem agita essa sala de aula...

Ai, morri! De rir e... de vergonha alheia :O

Fez cócegas Foi engraçadinho, tem potencial ;)

Oi?! Esse é filhote de mico, hein!

Você pode ganhar uma camiseta com seu mico! Pra concorrer, acesse **todateen.com.br/vcnatt**

Uma verdade sobre academia

Todo mundo vai malhar em busca de um corpo ideal. Mas tem quem prefira os mais altos de olhos claros, os baixinhos morenos...

Da série: #SóQueNão

- Adorei sua opinião. Vou voltar aqui com o fone de ouvido, mas pode continuar falando, tá?
- O dia está tão perfeito que só falta eu tropeçar e prender o dedo na porta.
- Tô pensando em dar uma chance pra você, sim. Mas Taylor Lautner me ligou antes.

Foto: Divulgação

"Sabe aquela paranoia de álcool gel? Então, tava no balcão da lanchonete e fui seco no tubo de adoçante...", @marcoluque

Teste de boa companhia

Quando você está com o fulano, esquece de ficar checando o celular a cada 30 segundos?
( ) Sim
( ) Não

Se sim, já sabe que vale a pena! Agora, se marcou não... Faça a fila andar!

Especial 12 testes!

• **Textos:** Mariana Scherma, Carolina Firmino e Larissa Tomazini/colaboradora
• **Design:** Carol Tozi

Qual é a sua turma animada?

Estes testes são pra você se conhecer mais e dar uma força em algumas situações. Não precisa levar tudo ao pé da letra, tá? Se der empate, refaça o teste em outro dia.

Sempre rola entre vocês e seus amigos:
- Apoio total
- Uma ou outra discussão
- Uma zoeira básica

Pra definir a galera, a melhor frase é:
- Entre tapas e beijos
- Perco o amigo, mas não perco a piada
- Meu riso é mais feliz contigo

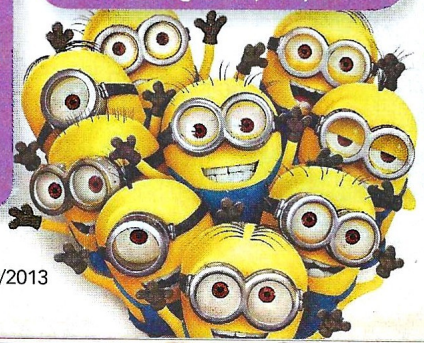
Se uma BF tá na bad e não quer sair, você:
- Insiste tanto que ela anima
- Insiste um pouco, mas acaba indo sem ela
- Fica junto com a amiga

Se uma pessoa da turma dá mancada com outro da galera, o restante de vocês:
- Não se mete
- Força uma reconciliação
- Dá umas indiretas pra acabar com o climão

Resultado

Maioria
BFFs *Smurfs*
Unidas tipo unha e cutícula, vocês adivinham até pensamento uma da outra, estão juntas no melhor e no pior. *Smurfette* amaria fazer parte dessa galera!

Maioria
Minions unidos
Os *Minions*, de *Meu Malvado Favorito*, são iguais aos seus amigos: divertidos e não se desgrudam. Mas com essa vibe, né? Desgrudar por quê?



Maioria
Turma de *Universidade Monstros*
Você poderia se juntar a *Sullivan* e *Wazowski* fácil. Na sua galera, há discordâncias e até briguinhas, mas nada que faça a amizade balançar.

Imagens: Divulgação

Seu esmalte revela como você é

Assinale a foto que tem as cores que você mais usa

Resultado

1. Meiguice total
Delicadeza e tranquilidade descrevem super você, que também é detalhista e faz tudo com muito cuidado. Ama poder contar com amigas fiéis e está mais pra namoro do que pra ficadas sem compromisso.

2. Miss charme
A timidez passou longe, inclusive na paquera. Quando tá a fim, nem se importa de tomar atitude. Vive apaixonada, é cheia de amigos e sabe cativar as pessoas. Às vezes é meio exagerada, por ser intensa em tudo.

3. Diva rock
Você sabe o que quer e se esforça pra realizar seus sonhos. É discreta e sabe guardar segredos. É uma amiga adorada na turma e faz amizade fácil com os meninos. E é assim que uma nova paixão começa.

4. Alegria total
Quem quiser saber onde tem balada corre perguntar pra você, que é amiga da geral. É divertidíssima e fala tanto que vive levando bronca do professor, certo? Também faz amizade fácil com os meninos.

Qual seu lance com o gato?

Namoro, curtição ou amizade?

1 Vocês se veem quantas vezes na semana?
a. Três ou quatro
b. Só no findi
c. Praticamente todos os dias

2 Qual parte do corpo dele mais chama sua atenção?
a. Os braços
b. Os olhos
c. As pernas

3 Ele é muito:
a. Carinhoso
b. Companheiro
c. Divertido

4 Qual filme faz você se lembrar dele?
a. *Amizade Colorida*
b. *A Hospedeira*
c. *Jogos Vorazes*

5 Quando saem, vocês:
a. Não se importam de levar a família
b. Preferem ficar sozinhos
c. Sempre estão com a galera

Some os pontos:
1) a= 1; b=3; c=2
2) a=1; b=2; c=3
3) a=2; b=1; c=3
4) a=3; b=2; c=1
5) a=2; b=3; c=1

Resultado

Até 6 pontos: Amizade

As pessoas dizem que vocês combinam, mas os dois são apenas bons amigos. A amizade dele é o que realmente importa pra você!

De 7 a 12 pontos: Namoro

Não conseguem passar mais que dois dias sem se verem, ou seja, o garoto quer um lance pra valer! Está na hora de mudar o status para namorando!

13 pontos ou mais: Curtição

Compromisso não é a palavra certa para vocês, porque a ideia é aproveitar a companhia um do outro sem cobranças. Por enquanto, é só deixar as coisas rolarem!

Fotos: Shutterstock Images

Ele é assim!

Você entende a mente dos meninos?

Sua BFF disse que nenhum garoto é romântico. O que você responde a ela?
"Nem sempre é assim"
"Está certa. São todos iguais"

O gato pediu seu telefone depois que vocês ficaram. Isso quer dizer que:
Com certeza ele vai ligar no dia seguinte
Talvez vocês se vejam de novo

Seu namô curtiu a foto de um menina, o que você faz?
Fica curiosa e pergunta quem é ela
Discute com ele

O garoto não notou que você cortou o cabelo. Qual a sua reação:
Acha supernormal, é difícil ele perceber
Fica um pouco chateada, mas logo passa

Ele a convida para sair. Qual roupa você escolhe?
Alguma que a deixe ainda mais linda
Uma normal, vai básica mesmo

Expert
Não se intimida com algumas atitudes dos garotos e sabe muito bem como lidar com eles! Suas amigas sempre contam com os seus conselhos!

Quase lá
Tem horas em que fica meio perdida no universo masculino, mas isso não a abala e você consegue mandar bem no papo e na paquera!

Tá por fora
Você tem certeza de que garotos são os seres mais complicados do mundo! Calma, com um pouquinho de paciência é bem tranquilo entendê-los.

Cidade dos sonhos

Descubra o melhor lugar do mundo para você!

Para chamar sua atenção, um garoto precisa ser:
- Romântico
- Inteligente
- Calmo

Suas fotos no Face são, na maioria...
- ... de comidas exóticas
- ... dos looks que você adora usar!
- ... das viagens que fez

Se você recebe um convite do gato para ir ao cinema, que tipo de filme escolhe?
- Comédia romântica
- Aventura
- Suspense

Qual acessório não pode faltar jamais na sua produção?
- Brincos artesanais
- Uma tiara fofa
- Uma bolsa estilosa

Sua maior preocupação é:
- Fazer amigos e ficar com a família
- Estar por dentro das novas tecnologias
- Encontrar o garoto perfeito para você

Resultado

Foto: Shutterstock Images

Maioria - Cidade luz

Você é antenada em moda e adora histórias de amor, por isso seria muito feliz em Paris, na França. Já pensou em curtir o gato na cidade dos apaixonados?

Maioria - Do outro lado do mundo

Quando o assunto é tecnologia, você manda muito bem! E o melhor lugar para ter contato com todas as novidades é Tóquio, no Japão. A viagem é longa, mas vale a pena!

Foto: Mihai Bogdan Lazar

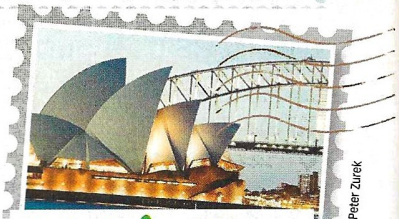


Foto: Peter Zurek

Maioria - Terra do canguru

Você faz o estilo tranquila e divertida, igual a Sydney, na Austrália. Além de se divertir e aproveitar várias aventuras, você também vai se encantar com a natureza de lá!

Pretty Little Liars

Com qual personagem você se parece?

Início

O look ideal para a balada é:
- Saia jeans e um sapato confortável
- Vestido tubinho com sandália de salto alto

O que faria você ficar chateada?
- Ter que namorar escondida
- Fingir ser quem você não é

A galera diz que você é:
- Ousada
- Engraçada

Como é seu desempenho na escola?
- Adora a aula de educação física
- Estuda bastante para passar de ano

Qual a sua maior qualidade?
- Determinação
- Coragem

Resultado

Emily

Quando o assunto é amor, você luta por aquilo que acredita e não desiste de buscar sua felicidade.

Aria

É a mais rebelde da turma, mas não liga para essa fama. Quando algo faz bem, insiste no objetivo!

Hanna

Você é muito bem-humorada. Tem a personalidade forte e sabe o valor de amigas verdadeiras!

Spencer

Sua família exige demais de você, por isso é muito esforçada. Quando quer algo, corre atrás.

Foto: Divulgação/Boomerang

Namô popstar

Qual vocalista é perfeito pra você?

Quando sai com os amigos, o que mais valoriza no visu?
A Os cabelos, precisa ter um brilho especial
B O batom, pra manter aquele sorriso lindo
C O look todo, gosta de marcar presença

Um defeito chato seu:
A É difícil prender sua atenção
B Faz o tipo carente e vive falando da vida para os amigos
C Está sempre atrasado

Algo que a deixa inspirada é:
A Ver o mar
B Ficar com a galera
C Ouvir as bandas que curte

Quando o assunto é um ex-namorado:
A Ri da situação, pois já está em outra
B Já abre logo o jogo, não esconde nada
C Prefere não falar, é tudo muito recente

Se você tivesse uma banda, ela:
A Teria um pouco de Justin Bieber e One Direction
B Seria um som mais alto-astral
C Falaria de amor ao som de rock

Resultado

Maioria A - Igor, da P9

Ele tem um vibe legal, vive sorrindo e se diverte com tudo que acontece ao redor. Assim como você, super de bem com a vida!

Foto: Luis Germano Pinelli/colaborador

Maioria B - Nathan, da banda Fly

Um cara sensível, que gosta de curtir a companhia dos amigos e não deixa de expressar o que sente. Faz o seu tipo, hein?

Maioria C - Di, do NX Zero

Companheiro, engraçado e discreto na medida certa, porque atitude não falta nesse lindo. Vai que é seu ;)

Fotos: Divulgação

Expert do make!

Você sabe tudo sobre o assunto?

1. Passar base nos lábios faz o batom durar mais.
( ) Verdadeiro
( ) Falso

2. O corretivo deve ser mais claro que a pele para disfarçar as olheiras.
( ) Verdadeiro
( ) Falso

3. Hidratar a pele antes de fazer o make ajuda a dar um efeito mais natural.
( ) Verdadeiro
( ) Falso

4. Delineador é usado para armar e dar mais volume aos cílios.
( ) Verdadeiro
( ) Falso

5. Quando você passa sombra escura, o ideal é usar um batom de cor forte.
( ) Verdadeiro
( ) Falso

6. Não faz mal dormir de maquiagem.
( ) Verdadeiro
( ) Falso

7. A maquiagem dura menos em garotas com pele oleosa.
( ) Verdadeiro
( ) Falso

Resultado

Se você acertou até três:
Ainda tem algumas dúvidas em relação à maquiagem, mas com um pouquinho de dedicação consegue fazer um make incrível!

Mais de quatro?
É sinal de que sabe como mandar bem na hora de se maquiar e dificilmente paga mico com a produção errada!

Respostas: 1. Verdadeiro; 2. Falso; 3. Verdadeiro; 4. Falso; 5. Falso; 6. Falso; 7. Verdadeiro

Fotos: Shutterstock Images

Virgem

De 23/8 a 22/9

"Sempre há mais do que as pessoas pensam", a frase de *Pretty Little Liars* define super o jeito observador das virginianas

por Mariana Scherma, consultoria de JOÃOBIDU

Áries

21/3 a 20/4

Seu perfume: Midnight Fragrance mistura alcaçuz e mirra. Único, tipo você! Da *Lolita Lempicka*, R$ 420 (100ml)

Você vai conquistar fácil os garotos, mas anda exigente. A dica é não abusar da honestidade quando dispensar alguém, tá? Se já namora, o clima de romance é garantido. Curtir com a galera promete boas risadas, desde que você evite as críticas.

Touro

21/4 a 20/5

Seu perfume: Dance To Life mistura âmbar e jasmim numa fragrância única. Da *Mary Kay*, R$ 149

O Sol dará uma força ao seu signo pra se dar bem nos assuntos do S2. O assédio será grande, então fique de olho em quem busca o mesmo que você. Cuidado ao passear no shopping, seu lado consumista vai falar alto: antes de comprar, pense duas vezes.

Gêmeos

21/5 a 20/6

Seu perfume: Lady Gaga Fame com suas notas de açafrão, mel e damasco, supermarcante. Importado pela *Frajo*, R$ 130 (30ml)

Sentiu sintonia com o gato? Bora puxar papo pra fazê-lo se interessar. As geminianas comprometidas estarão ainda mais in love. Se quer curtir bons momentos, o melhor é... ficar em casa. É que o clima estará muito gostoso, aproveite o carinho.

Câncer

21/6 a 21/7

Seu perfume: I Love NY for Her, com baunilha e patchouli. Da *Bond No. 9*, R$ 405 (50ml)

Conversar muito é o mais importante do mês: as solteiras podem descobrir um gato com quem têm tudo a ver e as que namoram terão um romance mais comprometido. Dar uma segurada na ansiedade é o melhor caminho pra controlar a gula, viu!

Leão

22/7 a 22/8

Seu perfume: Coffee Woman é delicioso, com notas de bergamota e flor de laranjeira. De *O Boticário*, R$ 89

Menos ciúme com o namô ou ele vai estressar. Está na pista? Pode não ser por muito tempo, os meninos andam encantados com seu charme o/. Atenção: pense bem antes de falar algumas verdades nas duas primeiras semanas ou muita gente vai se magoar.

Virgem

23/8 a 22/9

Seu perfume: Christina Aguilera Royal Desire mistura madressilva, lírio e rosa. Importado pela *Passion Perfumes*, R$ 80 (30ml)

Seu jeito discreto vai atrair a atenção de vários carinhas, o problema é lidar com sua desconfiança... Se já tem alguém, é preciso cobrar menos. Você está vendendo disposição e isso pode deixá-la impaciente, que tal fazer um esporte pra extravasar?

Libra

23/9 a 22/10

Seu perfume: Fantasy, da Britney Spears, junta notas de orquídea e cupcake! Da *Jequiti*, R$ 139

Um amigo vai acelerar seu coração... Mas nada de espalhar seus sentimentos para a turma, vá devagar. Com o ficante, o melhor é não agir por impulso. Sua criatividade está com tudo neste mês, use-a pra mandar bem no colégio e ousar nos looks.

Escorpião

23/10 a 21/11

Seu perfume: Ousada, da linha Faces, tem notas de musk, limão e baunilha! Da *Natura*, R$ 69

Solteira ou namorando, vai ter que esperar até o dia 11 pra tudo rolar como você quer, antes disso, a insegurança deve bater forte. O jeito é trabalhar sua autoestima. Em compensação, com os amigos, sua popularidade está com tudo e o clima será delicioso.

Sagitário

22/11 a 21/12

Seu perfume: Rio Glow by JLo com notas de flor de laranjeira, é fresco na medida! Da *Jequiti*, R$ 89

Você pode ter boas surpresas com os lances do coração, é que Urano promete ao seu signo uma paixão de tirar o fôlego. Mas aja com responsabilidade, hein! Em casa, podem rolar briguinhas, pegue leve. Com os amigos, você terá ótimos momentos.

Capricórnio

22/12 a 20/1

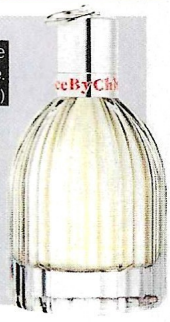
Seu perfume: Mel das Flores tem um cheirinho delicado. Da *Mahogany*, R$ 69

Este é seu mês, você está mais sedutora e vai atrair meninos encantados com sua doçura. Yey! Cuidado apenas com a mania de querer controlar tudo, tá? A vaidade vai bater forte neste mês, que tal encarar uma nova rotina de beleza? Se joga!

Aquário

21/1 a 19/2

Seu perfume: See by Chloé, com flor de maçã e jasmim, a fragrância é viciante. Importado pela *RR Perfumes*, R$ 235 (30ml)



Seu magnetismo vai facilitar as paqueras e a fará curtir alguém por pura atração física, aí não vale exagerar na expectativa. Já namora? O clima está incrível! Tire um dia pra organizar seu armário, você pode descobrir muita coisa!

Peixes

20/2 a 20/3

Seu perfume: Secret Fantasy Kiss mistura notas de rosa, maçã verde e manga! Da *Avon*, R$ 38

Júpiter vai encher a sua vida de alegria e otimismo. Superanimada, você irá atrair muitos olhares, o namô tem tudo pra ficar mais apaixonado. Você está com uma tendência grande ao desastre: faça tudo com menos pressa, combinado?

Uma amiga 100% confiável

A virginiana sempre...

- **Dá um jeito.** Pra tudo, de problema de matemática a drama entre amigas, é que ela é observadora e superinteligente!
- **Tem o guarda-roupa mais arrumado.** A virginiana não perde nada e sabe onde está cada blusa, brinco. Boa aprender com ela. ;)
- **Pensa em cada detalhe do look.** A bolsa, o batom, a roupa, a cor do esmalte, tudo! Nem em casa a virginiana fica de moletom rasgado e chinelo.
- **Fala a verdade.** Se quiser uma opinião sincera, peça a ela. É que o lado crítico da fofa não a deixa mentir... nunca!
- **Foge dos galinhas.** A garota prefere lances que durem a ficadas, por isso é raro vê-la se jogando numa paixão sem ter certeza.

E o virginiano?

- **Faz a linha "pode confiar".** O garoto é cheio de princípios e, assim, age com cuidado pra não magoar ninguém. Um lord.
- **Está sempre arrumado.** Pode até não ser o mais fashion, mas nunca vai aparecer na sua casa suado, depois do futebol com a turma.

Combina com Virgem?

- **Super:** Virgem, Touro e Capricórnio
- **Dá bem certo:** Escorpião, Câncer e Peixes
- **Até que vai:** Áries, Leão e Sagitário
- **Ih, precisa de um esforcinho:** Gêmeos, Aquário e Libra

Gatos certinhos... Ownnn!

São virginianos

Liam Payne ♥ 29/8
Gusttavo Lima ♥ 3/9
Nick Jonas ♥ 16/9

Foto: Jamie McCarthy/GETTY IMAGES

Foto: Gilson Medeiros

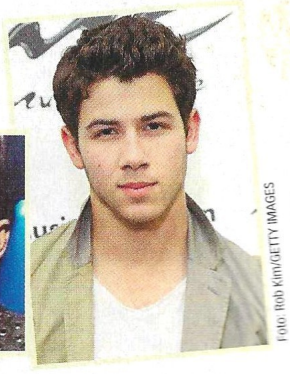


Foto: Rob Kim/GETTY IMAGES

sabe de uma coisa?

Vaidosas

Todas somos. Algumas mais, isso é bem verdade. Mas quer saber? Nós, mulheres, desejamos e precisamos nos sentir bonitas. Não apenas para o gato ou para as amigas: para nós mesmas.

Vivi um período em Londres (por sinal, um dos melhores da minha vida) e, certo dia, acordei me sentindo muito feia. Consequência dos meus hábitos: comia diariamente gordurosos *fish and chips* e as tais batatas (as calóricas batatas). Fato é que acordei me sentindo a pior das piores, atormentada por todas as críticas do mundo ao mesmo tempo. *Estou obesa. E a pele? Horrorosa. Como vou sair de casa hoje? Impossível. Também não vou na festa. Nunca mais volto pro Brasil. Nunca.*

No meio do caos e da autoestima despencando, fui escrever. Hábito terapêutico, além de prazeroso. Comecei a pensar sobre meus próprios pensamentos. E das divagações surgiu a conclusão prática: para ser bonita? Seja bonita!

Siga meu raciocínio: para ser bonita, seja bonita. É um desejo transformado em ação, o verbo conjugado no presente. Na prática, isso significa agir em prol do seu estado de espírito momentâneo. A coisa ficou feia? Faça ficar bonita já, na hora! **É justamente no dia em que acordamos desanimadas que o trio rímel-lápis-batom deve ser usado. Que o melhor look do armário deve ser escolhido.** Que o investimento em novos produtos embelezadores deve ser feito – embora a beleza, como a felicidade, não possa ser comprada, um kit básico sempre ajuda. A beleza é uma mistura de sorte – nascer bonita, ou pelo menos, privilegiada – junto com a vontade de ser bonita. É a mesma história do sucesso profissional: o colega de aula pode ser o mais inteligente, mas se não tiver foco e muito trabalho, acabará por se tornar mais um.

Ouvi de um psicólogo que saúde mental é um exercício diário. Mesma coisa com a saúde física: é malhar bumbum para ele não cair, é cuidar da pele para evitar as espinhas. Sair de casa se sentindo diva pede esforço constante, mas a recompensa é justamente sentir-se linda. É se olhar todos os dias e perceber valor em você. E claro, criar valor quando ele estiver escondido. Naquele dia frio e nublado, típico londrino, o sol pareceu brilhar só para mim, porque acordei me sentindo feia e fui dormir me achando linda. É possível. Para ser bonita, seja bonita. O espelho e a sua alma agradecem.

Foto: Fabio Mangabeira/colaborador

Annie Müller

É autora do livro *Os Donos do Mundo - os 25 porquês dos adolescentes serem tão poderosos* e da série *A Turma do Meet*

Fale com a Annie: @anniepmuller

Ilustração: Antonio Fernandes/colaborador

VERSÃO a
www.versaoa.com.br
Atacado
R: Xavantes, 574
São Paulo
Tel. 11 2695-2980